经全国中小学教材审定委员会
2004年初审通过

普通高中课程标准实验教科书 音乐 选修

音乐与舞蹈

广东基础教育课程资源研究开发中心
音乐教材编写组编著



广东省出版集团
花城出版社

音乐
普通高中课程标准实验教科书
音乐与舞蹈
选修
广东省出版集团
花城出版社

音乐
音乐与舞蹈





绿色印刷产品



ISBN 978-7-5360-4264-3
批准文号：粤发改价格[2017] 434号 举报电话：12358 定价：7.36元

经全国中小学教材审定委员会
2004年初审通过

普通高中课程标准实验教科书 音乐 选修

音乐与舞蹈

广东基础教育课程资源研究开发中心
音乐教材编写组编著
主编 程建平
本册主编 王海英



广东省出版集团
花城出版社
中国·广州

主　　编　程建平
副 主 编　伍向平　许新华
本册主编　王海英
主要编写　张志琴　黄定雄

责任编辑　王永媛
美术编辑　苏家杰
技术编辑　岑宇峻
摄影作品　王文波　周万萍　朱洪宇　苏知明等
平面总设计　苏家杰
本册平面设计　李　颖

经全国中小学教材审定委员会2004年初审通过
普通高中课程标准实验教科书
音乐与舞蹈　选修(简谱版)
广东基础教育课程资源研究开发中心　音乐教材编写组编著
花城出版社 出版发行
佛山市浩文彩色印刷有限公司印刷
（南海区狮山科技工业园A区）

890毫米×1240毫米　16开本　6印张　120000字
2004年8月第1版　2019年12月第24次印刷
ISBN 978-7-5360-4264-3
定价：7.36元
（省物价局核定零售价格）

如发现印装质量问题，请与我社（020-37592317）联系调换。

前　言

同学们，欢迎走进这神奇而迷人的音乐与舞蹈世界。

音乐是声音的艺术，舞蹈是造型的艺术。二者的结合，使得音乐艺术的渗透性及舞蹈艺术的直观性产生出极大的感染力。因此，音乐与舞蹈是亲密无间的姊妹艺术。

就舞蹈而言，“舞”的字意是旋转，“蹈”的内涵是跳跃，可见舞蹈是人类生命跃动的一种表现形式。我们知道，当一个婴儿来到人世间时，首先是从手舞足蹈开始他（她）的人生旅程的。在语言、文字产生之前，人类也是运用舞动的肢体语言来传递情感信息和传授生活技能的。尤其是当人能够独立行走并有了思维之后，就习惯于用自己的肢体动作来抒发内心的感情，描绘生活的美景……

千百年来，舞蹈已成为人类社会生活中不可缺少的艺术“营养”，而音乐在舞蹈的发展过程中已成为不可或缺的艺术“伴侣”。柏拉图曾说过：“舞蹈会帮助人们养成高贵的协调和优雅的气派。”

同学们，让我们一起走进音乐与舞蹈的旋转舞台，共同体验舞蹈艺术的魅力，享受舞蹈艺术的美感，相信你会得到意外的惊喜与收获。

愿音乐与舞蹈伴随我们终生！

目 录

第一单元

乐舞飞扬



在我国古代，舞蹈与音乐、诗歌是结为一体的艺术表演形式。舞中配乐，乐中伴舞，乐舞交织，交相辉映。音乐是舞蹈的声音，舞蹈是音乐的形体，一个有形而无声，一个有声而无形，二者的结合是人类智慧与想像力的完美结合。舞蹈作为人类历史上最古老的艺术形式，伴随着人们走过了五千年的漫长岁月。

第1节
舞蹈的乐与韵

有乐而无舞，似瞽者知音而不能见；有舞而无乐，如哑者会意而不能言。乐舞合节，谓之中合。

——[明]朱载堉



彩绘陶仓楼乐舞图（汉）

反弹琵琶舞（中唐）

聆听与欣赏

古典舞《高山流水》

1 = C $\frac{2}{4}$

古　曲

慢速　抒情地

3· 2 3 5 | 6　6 i | 6 6 5 4 3 |

5· 6 5 6 1 | 2　– | ……



该舞蹈根据古曲《高山流水》改编而成。音乐的旋律韵味与舞蹈的肢体律动融为一体，展现出乐与韵的完美结合。

芭蕾舞剧《天鹅湖》（片段）



1 = E $\frac{2}{4}$

[俄]柴科夫斯基 曲

中速

1 | 2· 1 5· i | 2· i 5· 1 | 4 3 2 1· 4 | 3 2 #i 2· 2 |

3· 2 6· 2 | 3· 2 6· 5 | 6 5 6 7 6 7 | i·· ……



《天鹅湖》以诗一般的意境和强烈的艺术感染力，描绘了正义与邪恶的矛盾冲突。该剧堪称芭蕾史上的典范之作。

大型组舞《黄河》

该舞根据钢琴协奏曲《黄河》所编。整个舞蹈以人体的运动、情感的表现和空间大幅度的调度，与音乐旋律交织在一起，再现了黄河之水气势磅礴、奔流不息的宏伟景象。同时表现了苦难的中国人民不甘奴役、渴望自由的奋斗精神。

保卫黄河

1=C $\frac{2}{4}$

快速　有力地

冼星海 曲

1̇ 1̇3 | 5 - | 1̇ 1̇3 | 5 - | 33 5 | 1̇ 1̇ | 66 4 |

2̇ 2̇ | 5·6 54 | 32 30 | 5·6 54 | 32 31 | 5· 6 |

1̇ 3 | 5·3̇ 2̇1̇ | 5· 6 | 3 - | 5· 6 | 1̇ 3 |

5·3̇ 2̇1̇ | 5· 6 | 1̇ - | 5 35 6 5 | 1̇1̇ 0 | 5 35 6 5 |

2̇2̇ 0 | 5·6 1̇1̇ | 0 5·6 | 2̇2̇ 5·6 | 3̇3̇ 5·6 | 3̇·2̇ 1̇ | 1̇ - |……





民间舞《梦儿晾在绳绳上》

“晴个天上好太阳，一根绳绳晾树上……”将现实生活内容配以诙谐、幽默的民间歌舞音调，使舞台上的人物形象惟妙惟肖，趣味横生。

1＝C $\frac{2}{4}$

快速 诙谐地

根据民间音乐改编

1 5· 2 | 1 - | 2321 5 7 | 1 - |

2·7 1 | 2·7 2 1 | 7171 5·2 | 1 - |……

思考与探究

为什么说音乐与舞蹈是姊妹艺术？

我的风采

跳一段你所熟悉的舞蹈，展示你的舞姿，与同学们交流。

艺术文档

图书推荐：

《中国古代舞蹈史话》

（王克芬编著 人民音乐出版社 1980 年版）

学习体会与评价：

____

____

____

第2节
舞蹈的源与流

情动于中，而形于言，言之不足，故嗟叹之，嗟叹之不足，故咏歌之，咏歌之不足，不知手之舞之，足之蹈之也。

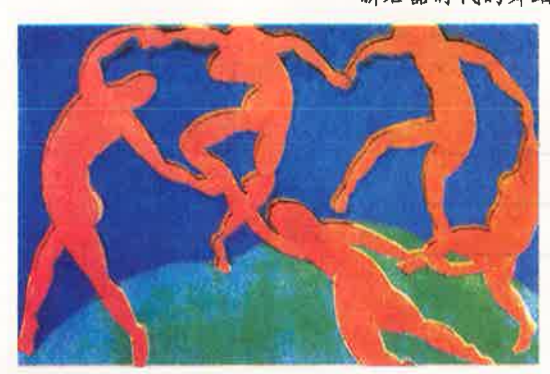
——《毛诗序》

学习与掌握

舞蹈与人类生活相伴相随，是人类在劳动实践中创造出来的最古老的艺术形式之一。从远古模仿动物的舞蹈，到图腾祭祀的巫舞；从宫廷的清商雅乐，到民间的歌舞百戏，哪里有人类文明的脚步，哪里就有人类情感的载体——舞蹈。舞蹈艺术伴随着人类的发展，经历了不同的生产方式和生活内容的历史演变。



新石器时代的舞蹈纹彩陶盆

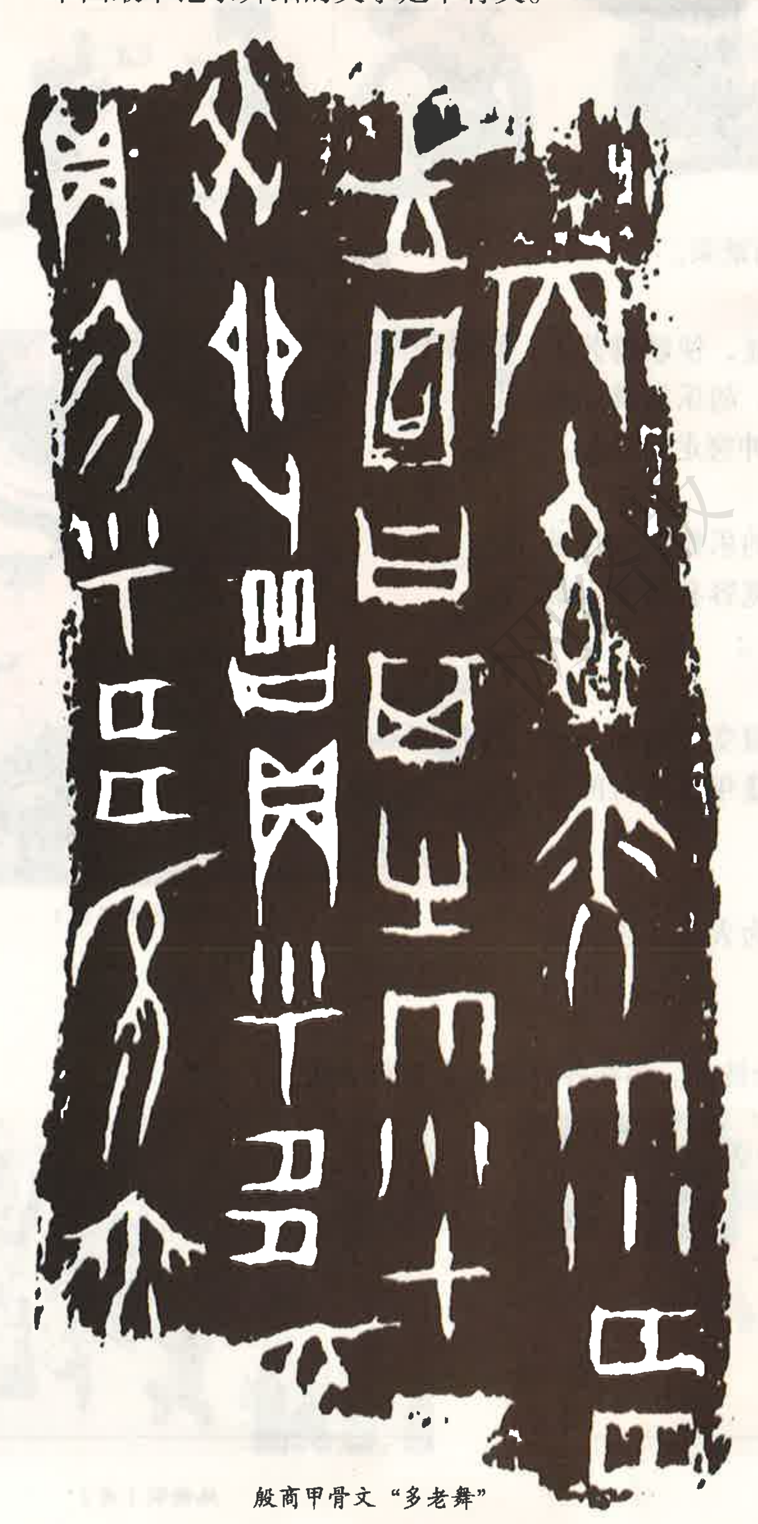


法国野兽派大师马蒂斯的作品《舞蹈》（1909年）

古代舞

动作、节奏与劳动密切相关，如用手拍打、用脚踩踏等。连续或重复的动作，产生了一定的协调性和节奏感，再伴以呼喊或击打石块与木棍的音响，最原始的舞蹈就出现了。

中国最早记录舞蹈的文字是甲骨文。



殷商甲骨文“多老舞”

1. 原始图腾舞

原始舞蹈是图腾信仰、祭祀、庆典等简单朴素的原始先民生活的如实反映。

2. 夏、商奴隶舞

随着奴隶社会的产生和乐舞奴隶的出现，舞蹈开始具有了表演的功能，舞蹈的种类开始增多。

3. 西周“雅乐”

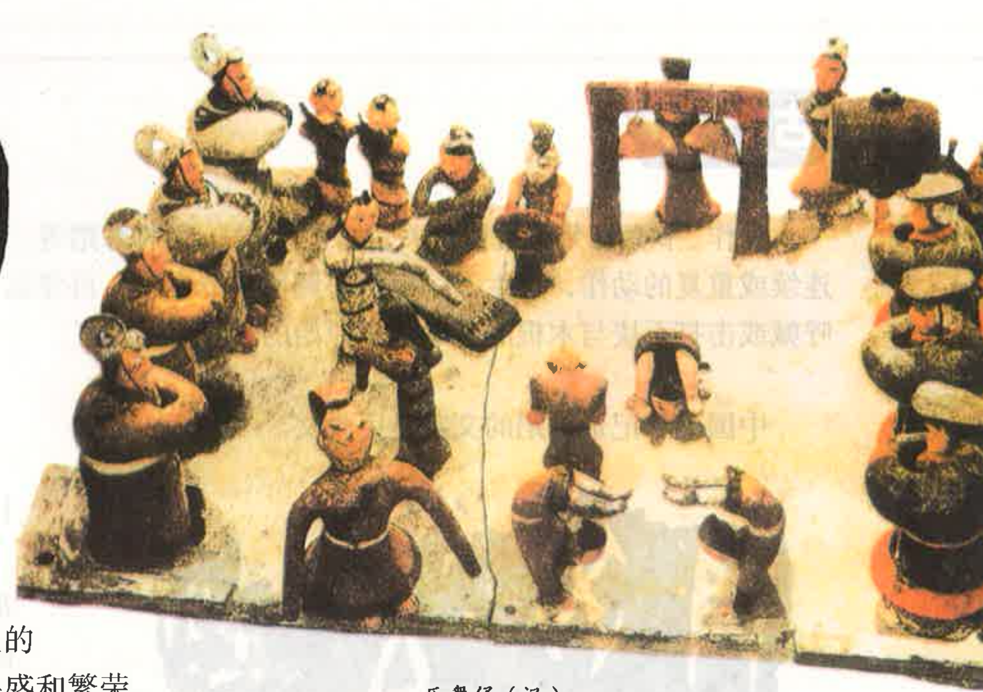
“雅乐”是礼、乐结合的精品，是我国舞蹈史上的第一个高峰。周代不仅有了以礼教为内容的“雅乐”，还有了规模庞大的宫廷乐舞机构。中国历史上第一部诗歌总集《诗经》（305 篇），每篇都是能歌、能乐、能舞的诗章。屈原的《楚辞》（25 篇），真切地反映了楚国的巫音、巫歌、巫舞。《九歌》则是典型的楚国祀神歌舞。

4. 先秦儒家与《乐记》

儒家乐舞美学思想的著作是公孙尼子的《乐记》。《乐记》（11 篇）是对音乐舞蹈的精辟见解。



采桑舞图（汉）



乐舞俑（汉）

5. 汉代“百戏”

汉代“百戏”是中外乐舞文化交流的产物。随着丝绸之路的开通，各国、各地区的诗歌乐舞促成了汉代乐舞的兴盛和繁荣。

6. 魏晋南北朝舞蹈的多元性

社会的大动荡和民族的大迁徙，使歌舞艺术得到了新的发展。杂舞、清商乐、胡乐胡舞、佛教乐舞等盛极一时。胡、汉文化从冲突走向融合。



胡琴伎乐天（元）

7. 唐代“三教合一”的乐舞

儒家、释家、道家三教合一的乐舞是唐代独有的特色，显示了唐王朝强盛、宽容和繁荣。最具代表性的乐舞有《霓裳羽衣舞》。

8. 宋代的“队舞”与“舞队”

“队舞”是由唐代宫廷燕乐演变而来的一种有情节的市民乐舞。“舞队”是逢年过节时的一种表演形式。

9. 元代“杂剧”舞

主要以歌词、音乐和舞蹈作为表现手段的市井戏剧艺术。

10. 明、清的民间“走会”

主要包括民间歌舞、小戏、杂技等。多在各种庙会上进行表演。



乐舞（明）



地秧歌（清）



舞剧《宝莲灯》

近现代舞

1.　从20世纪30年代末至40年代中期，中国舞蹈大体上沿着两个方向发展：一是抗日救亡和人民解放运动，使舞蹈艺术成为一种战斗的艺术；二是民族舞蹈艺术得到蓬勃发展，催发出清新的根芽。如：延安的“新秧歌”、吴晓邦倡导的“新舞蹈”、戴爱莲等人开拓的“边疆舞”。



舞蹈《荷花舞》

2.　从20世纪50年代中期开始，中国舞蹈逐渐走向规模化与体系化，涌现出大量的舞蹈作品。



舞剧《编钟乐舞》(图一)



舞剧《编钟乐舞》(图二)



舞剧《红色娘子军》

3.　20世纪80年代起，中国进入了改革开放新时期，舞蹈艺术也有了重大转变，这标志着中国舞蹈进入了一个新纪元。



仿唐乐舞

舞蹈《醉鼓》



舞剧《虎门魂》

舞蹈作为人们喜爱的艺术形式，在社会交往、文化娱乐、知识传承等活动中发挥着重要作用，并根据其不同种类、不同样式、不同风格，形成了生活舞蹈和艺术舞蹈两大类。

生活舞蹈

生活舞蹈是指与人们生活密切相关，功能性和目的性较为明确，人人都可以参与的、具有广泛群众基础的舞蹈活动。





艺术舞蹈

艺术舞蹈是指舞蹈家通过对社会生活的体验、观察、分析、综合、想像、提炼后进行艺术创作，并借助肢体表演而产生的主题鲜明、情感浓郁、形式完整、具有典型意义的艺术形式。



古典舞《踏歌》



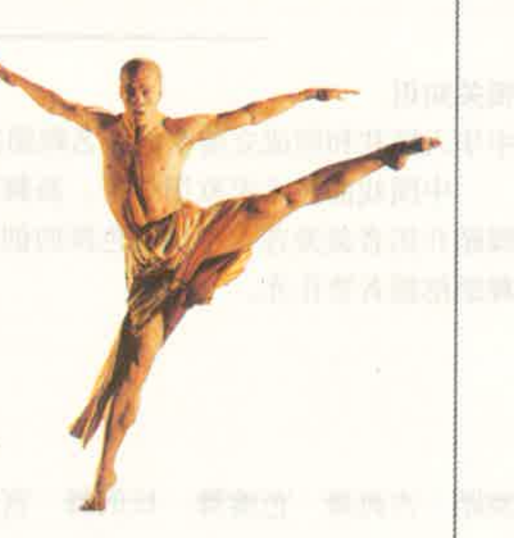
民间舞《小河淌水》



芭蕾舞《天鹅湖》



当代舞《走》



现代舞《我要飞》

舞蹈种类一览表

- 舞蹈
  - 生活舞蹈
    - 习俗舞蹈
    - 宗教祭祀舞蹈
    - 社交舞蹈
    - 自娱舞蹈
    - 体育舞蹈
    - 教育舞蹈
  - 艺术舞蹈
    - 按风格特点分为
      - 古典舞
      - 芭蕾舞
      - 民间舞
      - 现代舞
      - 当代舞
    - 按表演形式分为
      - 独舞
      - 双人舞
      - 三人舞
      - 群舞
      - 组舞
      - 歌舞
      - 歌舞剧
      - 舞剧
    - 按体裁分为
      - 情绪舞
      - 情节舞

收集与整理

请分组、分类收集生活舞蹈与艺术舞蹈的相关资料。

思考与探究

1. 结合舞蹈与生活的关系，你能从生活中发现舞蹈的素材吗?
2. 生活舞蹈和艺术舞蹈各包括哪些舞种？请举例说明。

我的风采

1. 尝试模仿《采桑舞图》、《编钟乐舞》(图一）中采桑的动作。
2. 试用肢体动作表现一些生活中的素材。

艺术文档

图书推荐：

《舞蹈知识手册》（隆荫培、徐尔充、欧建平编著　上海音乐出版社 1999 年版）

音像推荐：

《霓裳羽衣舞》（VCD　中央音乐学院北京环球音像出版社）

《芭蕾舞基训》《古典基训》《现代舞基训》（VCD　北京舞蹈学院音像部）

学习体会与评价：

____

____

____

____

相关知识

中华人民共和国成立前夕的著名舞蹈家：

中国戏曲艺术家欧阳予倩、新舞蹈艺术开拓者吴晓邦、边疆舞蹈开拓者戴爱莲、中国特色舞的创立者之一梁伦、蒙古族民间舞蹈挖掘者贾作光。

小词典

舞蹈　古典舞　芭蕾舞　民间舞　宫廷舞　现代舞　当代舞



第二单元

青春舞韵

舞蹈被誉为“艺术之母”，和音乐同是人类最早产生的艺术形式，又被称为人类“第二语言”。它用肢体动作来表现文字和言语所不能表达的情感，使人类的交流无国界、无地域，生活更加多姿多彩。

第1节
把杆上的魅力

一腔热血和一颗丹心交织在一起，才能产生出那样神奇的力量。

——吴晓邦





吴晓邦（1906～1995），20世纪中国新舞蹈艺术的开拓者和播火人。



舞蹈基训是舞蹈艺术的基石。优美的舞姿总是从最基础的训练开始的。掌握舞蹈的基本体态、柔韧性、爆发力、平衡能力和控制能力是舞蹈训练不可缺少的部分。

聆听与欣赏

基训组合

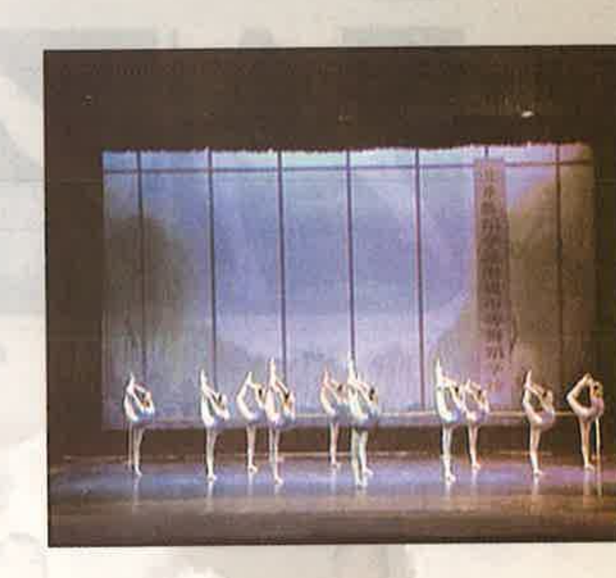
1 = D $\frac{4}{4}$ 佚 名 曲

稍慢 抒情地

3 3 5 6 1̇ 7 5 | 3 3 5 4 - | 4 2̇ #1̇ - |

4 5 6 2 3 - | 3 3 5 6 1̇ 7 5 | 3 3 7 - |

5 - 3 7 | 6 - - - | ……



学习与掌握

基本站姿

两脚跟并拢，全脚掌着地，两腿伸直夹紧，同时立胯收腹，松肩阔背，头部正直，两眼平视，表情自然。女子有优雅自然之美，男子有挺拔阳刚之气。

手形



芭蕾手型1　兰花掌（一）2　兰花掌（二）3　虎口掌4

实心拳5　空心拳6　单指7　剑指8





绷脚9　　勾脚10　　勾绷脚11　　扤脚12

芭蕾舞手位



一位13



二位14



三位15



四位16



五位17



六位18





七位19

芭蕾舞脚位



一位20



二位21



三位22



四位23



五位24

古典舞手位



单山膀25



双山膀26



顺风旗27



双托掌28



托按掌29



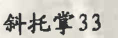
山膀按掌30



冲掌31



提襟32



斜托掌33

古典舞脚位



正步34

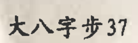


丁字步35



小八字步36





大八字步37



踏步38



大掖步39



前弓箭步40



侧弓箭步41

擦地：擦出时，膝盖要伸直，脚跟用力向前顶，脚面绷直，脚尖着地。收回时，膝盖仍要伸直，经过脚掌、脚跟渐渐着地到全脚收回。可向前、旁、后方向擦地。

小踢腿：在擦地的基础上轻巧而有力地踢出，控制在25度。可向前、旁、后方向踢腿。



法国艺术大师罗丹的作品《跳舞的人》

擦地、小踢腿组合

（擦地的动作训练适用于任何情绪的音乐，小踢腿的动作训练适用于富有弹性的音乐。）

1＝C $\frac{2}{4}$

轻快地

许　雪 曲

[1] 5 34 5 1̇ | 5 34 5 1̇ | 7 1̇ 2̇ 7 | 5 － |

[5] 6 45 6 2̇ | 6 45 6 2̇ | 7 5 1̇. 2̇ | 3̇ － |

5 34 5 1̇ | [10] 5 34 5 1̇ | 7 1̇ 2̇ 1̇ | 6 － |

6645 6 2̇ | 751̇2̇ 3̇ | [15] 2̇2̇ 5·7 | 1̇ － ‖

做法

前：

[1－4][①] 向前擦地一次。

[5－8] 向前擦地两次。

[9－12] 向前小踢腿两次，离开地面25度角。

[13] 向前小踢腿。

[14－15] 小踢腿点地两次。

[16] 收回五位。

旁：节奏、动作重复[1－16]音乐，向旁踢。

后：节奏、动作重复[1－16]音乐，向后踢。

旁：节奏、动作重复[1－16]音乐，向旁踢。

结束：手收回一位。

蹲、腰组合

（蹲、腰训练适用于抒情、流畅的音乐。）

蹲：分半蹲和全蹲。在基本站姿的基础上两脚外旋，全脚掌着地，逐渐屈膝关节，直至脚跟不离开地面蹲到最大限度，叫半蹲；继续下蹲使脚跟离开地面，大小腿之间的距离最接近时，叫全蹲。

腰：腰是身体运动的中心环节。腰部动作分为胸腰、前腰、旁腰和后腰。

① 括号中的数字，表示音乐中的小节数。（后同）

1 = ♭B 3/4

抒情地

许 雪 曲

[1] 3· 4 5 3 | i - - | 7· i 2 3 | 5 - - | [5] 6 - 7 |

i - 6 | 5· i 3 | 2 - - | 3· 4 5 3 | [10] i - - |

7· i 2 3 | 6 - - | 5 6 5 | 5 3 2 | [15] 3· 5 6 2 | i - - ||

做法

准备：五位脚，手一位经二位到七位，旁擦地收回一位。

一位蹲：

[1－4]

半蹲两次（见图42）。

[5－12]

全蹲，手经一位、二位到七位，做两次（见图43）。

[13－16]

立脚尖，含胸腰，下胸腰，起直旁擦地成二位脚（见图44）。

半蹲42

全蹲43

胸腰44

二位蹲：

[1－4]

半蹲两次。

[5－12]

全蹲，手经一位、二位到七位，做两次。

[13－16]

三位手左旁腰、四位手右旁腰、起直收回五位脚（见图45、46）。

左旁腰45

右旁腰46

五位蹲：

[1－4]

半蹲两次。

[5－12]

全蹲，手经一位、二位到七位，做两次。

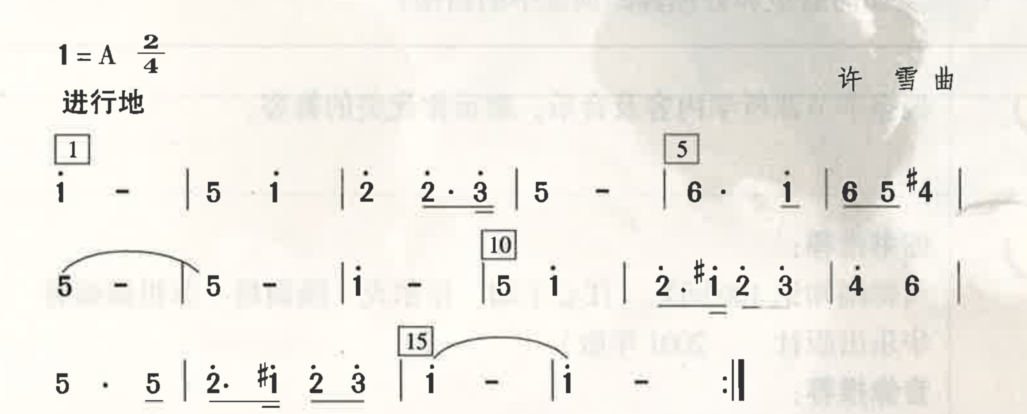
[13－16]

一位手前腰，二位手立直，三位手后腰立直，阿拉贝斯弓箭步结束（见图47）。

阿拉贝斯弓箭步47

压、踢腿组合

（压、踢腿的动作训练适用于进行曲或雄壮有力的音乐。）



做法

准备：五位脚，前吸腿伸直上把杆，手一位经二位到三位。

[1 – 12]
向前压腿六次，手三位（见图 48）。
[13 – 16]
抱腿。

前压腿48

旁压腿49

间奏
[13 – 16]
换压旁腿。
[1 – 8]
向旁压腿四次，手三位（见图 49）。
[9 – 12]
向旁压腿四次，手三位。
[13 – 16]抱腿。

间奏
[13 – 16]
下把杆身体直立，脚前点地向后擦地成后点地。
[1 – 4]
向前大踢腿两次，手七位（见图 50）。
[5 – 8]
向前大踢腿三次，手七位最后一小节转身面对把杆，双手扶把。

向前大踢腿50

[9 – 16]
向旁大踢腿，节奏同上（见图 51）。

向旁大踢腿51

后压腿52

间奏
[13 – 16]
后吸腿伸直上把杆，手三位。
[1 – 12]
向后压腿六次，手三位（见图 52）。
[13 – 16]抱腿。

间奏
[13 – 16]
身体直立，脚后点地向前擦地成前点地。
[1 – 8]
向后大踢腿四次，手三位（见图 53）。
[9 – 16]
倒踢紫金冠。

向后大踢腿53

收集与整理

收集芭蕾基训的资料和音乐。

思考与探究

1. 为什么舞蹈要进行身体软、开度的训练？
2. 如何避免和处理舞蹈训练中的损伤？

我的风采

根据本节课所学内容及音乐，展示你优美的舞姿。

艺术文档

图书推荐：

《舞蹈知识100问》（江心主编　徐尔充　隆荫培　苏祖谦编著　华乐出版社　2001年版）

音像推荐：

《桃李杯基训组合》(VCD　中央音乐学院北京环球音像出版社)

学习体会与评价：

____

____

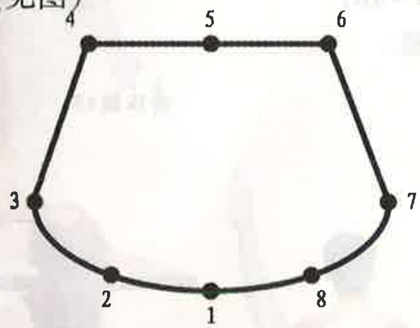
____

____

相关知识

1. 八个基本方位：

舞台的方位分为八个，通常用1方位、2方位……8方位或1点、2点……8点来表示。（见图）



2. 九个表演区域：

舞台表演区域分为九个，如：台前、台中、台后，台左前、台左侧、台左后，台右前、台右侧、台右后。（见图）



跳跃属于舞蹈的技巧动作，具有很强的表现力和感染力。优美的空中造型能给人们带来美的无限遐想。

第2节
飞翔的瞬间

舞蹈是惟一平等使用空间、时间和动力的艺术，但不能把它们看成是空间诸因素与时间诸因素以及动力诸因素相加的关系，因为它们之间是不可分割的。

——[美]约翰·马丁（舞蹈理论家）



聆听与欣赏

晨　光

1=♭B $\frac{2}{4}$

快速　欢乐地

选自《豆蔻年华》(VCD)
中《晨光》音乐

6 3 | 5 6 6 | i· i 6 5 | 3 2 1 6 | 5 5 6 2 1 | 5 3 3 2 |

5 5 6 2 5 | 3 1 2 | 6 3 | 5 6 6 | i· i 6 5 |

3 2 1 6 | 5 5 6 2 1 | 5 3 3 2 | 1 2 3 5 2 6 | 1 2 1 |……

学习与掌握



离地面较低的跳，是训练跳跃能力的基础。
适用于灵巧、欢快的音乐。








一位小跳54　二位小跳55　五位小跳56　掖腿小跳57　小射雁跳58　斜探海小跳59



相对小跳而言，弹跳的力量和幅度较强。
适用于节奏平稳的音乐。

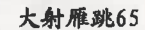



叉跳60　飞天跳61　单腿变身（一）62　单腿变身（二）63



技术性高，弹跳力量和幅度大，表现力强。
适用于雄壮奔放的音乐。





凌空跃64　双飞燕68

大射雁跳65　元宝跳66　倒踢紫金冠67

跳跃组合

做法

准备：双手叉腰，一位脚。

[1 － 4]　1－3 拍一位小跳（见图 54），每拍一次，4 拍停。5－8 拍一位中跳两次。

[5 － 8]　重复[1－4]的动作。

[9 － 12]　节奏同上，做二位小跳（见图 55）。

[13－16]　节奏同上，做五位小跳（见图 56）。

[17－20]　向 2 点错步凌空跃（见图 64）。

[21－24]　向 7 点左脚凌空跃。

1＝F　2/4

快速　跳跃地

许　雪　曲

[1] 5♯4 5 3 1 | 3♯2 3 1 5 | 3 4 5 6 5 6 7 | 1 3 2 | [5] 5♯4 5 3 1 | 3♯2 3 1 5 |

3 4 5 6 5 6 7 | 1 3 1 | 2 2 2 7 7 7 | [10] 2 2 2 6 6 6 | 2 3 2 7 2 3 2 6 | 7 6 5 7 2 |

2 2 2 7 7 7 | 2 2 2 6 6 6 | [15] 2 3 2 7 2 3 2 6 | 5 2 7 6 5 | 5♯4 5 3 1 | 3♯2 3 1 5 |

3 4 5 6 5 6 7 | [20] 1 3 2 | 5♯4 5 3 1 | 3♯2 3 1 5 | 3 4 5 6 5 6 7 | 1 3 1 :‖

思考与探究

1. 舞蹈跳跃动作的要领有哪些？
2. 谈谈跳跃在舞蹈表现中的作用。

我的风采

用你收集到的热情奔放的音乐，进行即兴的跳跃组合展示。

艺术文档

学习体会与评价：

____

____

____

相关知识

芭蕾舞吉尼斯世界纪录：

跳得最高的纪录是 1.3 米，创纪录者索洛维也夫。跳得最远的纪录是 5 米，创纪录者马拉霍夫。一次跳起双腿击打最多的纪录为 8 次，创纪录者达马肖夫。一脚起落一脚旋转最高的可达 38 圈，创纪录者法莱拉。旋转最快者为杜金斯卡娅。最多谢幕次数为 89 次，是由英国皇家芭蕾舞团演出《马可邦尼》时创造的。

图书推荐：

《乌兰诺娃》

（戈兆鸿编著 上海音乐出版社　2002 年版）

音像推荐：

《CCTV 全国电视舞蹈大赛》（中国国际电视总公司出版发行）

第3节
流动的旋律

舞蹈是音乐的视觉表现。使音乐看得见是舞蹈家的任务。舞蹈——这是用动作体现出来的音乐。

——[俄]乌兰诺娃

聆听与欣赏

芭蕾舞《四小天鹅》

《天鹅湖》第二幕中的《四小天鹅》是脍炙人口的芭蕾舞精品。音乐与舞蹈的巧妙融合使小天鹅的形象栩栩如生。四小天鹅双臂相连放在身前，脚作出不大的打击、小跳，随着音乐，把头从这一肩转向另一肩，像时而凫水、时而露出水面的小天鹅。



乌兰诺娃（1910-1998），俄罗斯著名芭蕾舞蹈家。

（选自芭蕾舞剧《天鹅湖》第二幕）

1 = C 4/4

[俄]柴科夫斯基 曲

欢快地

0 0 0 0 ‖: 0 1 1 1 1· 7 1 2 1 | 7 2 2 2 2· 1 2 3 2 |

1 3 6 #5 3 7 3 2 1 7 | 6 3 6 #5 3 7 3 2 1 7 :‖: 6 3 3 3 3 3 6543 |

2 3 4 #1 2 | 2 2 2 2 2 2 5432 | ……



古典舞《弓舞》

舞蹈通过错步晃手、顺风旗亮相、蹁腿飞脚、托掌亮相等动作，充分表现出古典舞之精、气、神的审美内涵。雄浑有力的音乐和刚柔相济的舞蹈浑然一体，刻画出精忠报国的英雄形象。

（选自舞剧《小刀会》片段）

1＝C $\frac{2}{4}$

中速　有力地

商　易　曲

6　5 4 | 3· 5 2 3 | 1· 7 6 1 5 6 | 1· 6 1 2 | 3· 5 6 2 |

1 6 5 3 2 1 | 3·　2 | 3　－ | 5 6 5 3 5 | 1 2 7 6 5 |

1 2 3 5 6 4 | 3· 5 3 2 | 1· 2 3 5 | 2 3 2 7· 7 | 6·7 2 2 7 6 5 | 6　－ |……



当代舞《红扇》



疾风阵阵扑面而来，红扇纷飞犹如跳动的火焰。由北京二中舞蹈团表演的《红扇》，用这飒爽的律动和挡不住的气势，传达了对生命的礼赞。年轻真好，健康真好，生命真好……

街舞《动感地带》

BREAK DANCE 是各种街舞的总称，意为随着音乐舞动。可分为新流派（NEW SCHOOL）和旧流派（OLD SCHOOL）两大类。它起源于美国街头，以黑人或墨西哥人为主要舞者的即兴舞蹈。在我国，是20世纪80年代逐渐形成和发展起来的，并于2003年在北京举办了全国首次街舞电视大赛。









社交舞《节日圆舞曲》

社交舞是人们进行社会交往、增进友谊、联络感情的舞蹈活动。一般多指在舞会中跳的各种交际舞。



学习与掌握

四小天鹅

1=C $\frac{4}{4}$

欢快地

（选自芭蕾舞剧《天鹅湖》第二幕）

［俄］柴科夫斯基 曲

[1] 0 0 0 0 ‖: 0 1 1 1 1· 7 1 2 1 | 7 2 2 2 2· 1 2 3 2 | 1 3 6 #5 3 7 3 2 1 7 |

[5] 6 3 6 #5 3 7 3 2 1 7 :‖: 6 3 3 3 3 3 6 5 4 3 | 2 3 4 #1 2 |

2 2 2 2 2 2 5 4 3 2 | 1. 1 5 7 6 5 4 3 7 2 1 7 6 :‖ [10] 2. 1 6 7 1 2 #2 3 3 4 #4 5 #5 :‖

‖: 6 1 1 1 1· 7 1 2 1 | 7 2 2 2 2· 1 2 3 2 | 1 3 6 #5 3 7 3 2 1 7 |

6 3 6 #5 3 7 3 2 1 7 :‖: [15] 6 6 #5 3 6 6 5 3 | 6 3 2 1 7 :‖ 6 #5 6 0 0 ‖

做法

准备：

[1]
右踏步双手前交叉站立。

[4－5]
拉手吸腿小跳向 3 点横移，前倒重心接吸腿立。（见图 69）。



吸腿立69

[4－5]
动作向前，向 7 点横移。

[2－3]
音乐与动作重复[2－3]。

[4－5]
音乐与动作重复[4－5]。

[6－7]
五位打击接二位立四次（见图 70）。



二位立70

[8－9]
重复[6－7]动作。

[6、7、8、10]
重复动作[6－9]。

[6－9]
抬后腿立左右交替做（见图 71）。



抬后腿立71

[6、7、8、10]
吸腿小跳接旁踢横移（见图 72）。

[11－14]
2 点猫跳。

反复[11－14]
前后小踢跳。

[15－16]
旁掖腿立。

反复[15－16]
前后小踢跳。



旁踢立72

[17]
跪地结束。

弓舞

做法

[1－2] 左蹉步晃手，顺风旗亮相。

[3－4] 右蹁腿转身，虚点步拉弓亮相（见图73）。



虚点步拉弓73

[5－8] 右风火轮两次，扑步转身撩踢右旁腿打脚转身，射雁拉弓亮相（见图74）。

[9－10] 跺泥弓步，顺风旗亮相。

[11－16] 单山膀圆场左转一周。

射燕拉弓74

[17－20] 赞步翻身接右晃手托掌亮相，左手提襟。

[21－24] 穿掌转身接大掖步拉弓亮相，前后晃身（见图75）。



大掖步拉弓75

[25－28] 放箭圆场右转。

[29－32] 正吸腿拉弓（见图76），保持姿态，碎步向8点前进。

[33－36] 打脚转身，蹉步晃手托掌亮相。



正吸腿拉弓76

1＝C $\frac{2}{4}$

中速　有力地

（选自舞剧《小刀会》片段）

商　易　曲

[1] 6 5 4 | 3· 5 2 3 | 1· 7 6 1 5 6 | 1· 6 1 2 | [5] 3· 5 6 2 | 1 6 5 3 2 1 |

3· 2 | 3 － | 5 6 5 3 5 | [10] 1 2 7 6 5 | 1 2 3 5 6 4 | 3· 5 3 2 |

1· 2 3 5 | 2 3 2 7· 7 | [15] 6· 7 2 2 7 6 5 | 6 － | 6· 7 6 | 5· 7 |

6 7 2 7 6 5 | [20] 3 － | 5 6 1 6 5 3 | 2· 3 5 4 | 3 5 3 2 1 7 6 1 | 2· 3 |

[25] 5 2 3 5 6 | 1· 7 | 6 1 5 6 1 7 6 1 | 5· 6 | 1· 6 1 2 | [30] 3· 5 6 1 |

5 4 3 2 3 5 4 | 3 － | 2 3 5 3 2 | 7· 7 | [35] 6 7 2 2 7 6 5 | 6 0 ‖

街舞组合



左右脚重心换步77

做法

[1－4]
左右脚重心换步（见图 77）。

[5－6]
十字变化步。



右脚后侧换步78

[7－8]
右脚后侧换步（见图 78）接大八字步。平移肩（见图 79）。



平移肩79



弓步大绕环80

[9]
左右弓步大绕环（见图 80）。

[10－12]
蹲、侧支撑、蹲接大八字步（见图 81）。



侧支撑81



摇滚步82

[13－16]
前后摇滚步（见图 82）。

1＝C $\frac{2}{4}$
稍快 热情地

陈浩然 曲

[1] 3 3 2 1 | 1 6 1 6 | 3 3 2 1 | 1 6 1 6 | [5] 3 3 2 1 | 1 6 1 6 | 5 4 | 3 2 1 2 |

3 3 2 1 | [10] 1 6 1 6 | 3 3 2 1 | 1 6 1 6 | 3 3 2 1 | 1 6 1 6 | [15] 5 4 | ^{3}2 1 6 ‖

节日圆舞曲

做法

[1－8] 荡步四个方位各做一遍。

[9－12] 单手相拉华尔兹步前进。

[13－16] 单手相拉女生绕男生转一圈。

[17－20] 华尔兹步身体开合向前。

[21－24] 单手相拉女生绕男生转一圈。

[25－28] 双手相拉进退华尔兹步。

[29－32] 左肩相对双人绕转一圈结束。

1＝♭B $\frac{3}{4}$

稍快　欢乐地

龚耀年 曲

[1] 3 － － | 3 #2 3 | 1 － － | 5 － － | [5] 3 4 5 | 1 7· 5 |

6 － － | 6 － － | 2 － － | [10] 2 #1 2 | 7 － － | 7 － 6 |

5 7 2 | 5 4· #2 | 3 － － | 3 5 6 7 1 2 | [15] 3 － － | 3 #2 3 |

1 － － | [20] 1 7 6 | 5 1 3 | 5 － 3 | 4 － 5 | 6 0 66 |

[25] 6 － 6 | 6 0 55 | 5 － 5 | 5 0 5 | 6 － 6 | [30] 7 2 |

1 － － | 1 0 0 ‖……

收集与整理

收集芭蕾舞、古典舞、街舞及社交舞的相关音像资料。

思考与探究

1. 古典舞、芭蕾舞和街舞有什么不同之处？

2.《四小天鹅》的音乐有哪些特点？对表现小天鹅的形象有什么作用？

我的风采

根据所学内容，自编一个舞蹈片段进行表演。

小词典

舞蹈基训 亮相 法儿
起泛儿 习俗舞蹈
宗教祭祀舞蹈 社交舞蹈
自娱舞蹈 体育舞蹈
教育舞蹈

艺术文档

学习体会与评价：

____

____

音像推荐：

《2003年首届街舞电视比赛》(中国国际电视总公司出版发行)《校园舞蹈教程》、《青少年实用成品舞》(VCD 中央音乐学院北京环球音像出版社)

相关知识

脚尖鞋的奥秘

足尖鞋不同于普通的软底练功鞋。它的前部由特殊的胶水把布一层一层地粘起来并打实，形成一个硬硬的头(Box)，并且在最前端有一个小小的平面(Plat－form)。而鞋底内有一块橡胶鞋板(Shank)，鞋底外有一块皮质底(Leather Sole)。芭蕾舞女演员就是靠鞋板的帮助立起来的，并利用鞋头的小平面固定重心。

12种眼神

1. 稚：眼睛睁得圆圆的，微微向斜上看，带有一种不解或好奇的情绪。
2. 傻：瞪大两只眼睛，目光发呆，出乎意外的样子，同时张大嘴。
3. 瞪：眼睛睁得圆而大，注视着对方，生气或不服气的情绪（同时抿嘴或咬唇）。
4. 思：头部向侧，眼斜视（或上、或下、或左、或右），目光似看非看。
5. 悔：头稍低下，眼向下看，流露出悔恨情绪。
6. 骄：眼睛向上看，满不在乎，显示出高傲自大、了不起的神态。
7. 藐：眼睛斜视，不屑一顾的神态（同时嘴角下撇）。
8. 笑：眼睛眉毛成弧形，眉梢上挑。
9. 转：眼球来回转动，表示心里在想主意、思索或动脑筋。
10. 惧：头向侧偏，眼睛睁大显出恐惧的样子。瞪着眼慢慢回移眼珠并收头，面部露出害怕的情绪。
11. 疑：眼睛睁大露出心思不定、满腹疑团的样子。
12. 眯：眼睛眯起来，成为一条缝，面部做出瞧不起对方，或者不服气、故意气对方等表情。



第三单元
舞蹈世界

舞蹈不仅是一种独特的艺术语言，也是人类真实情感的具体表达。随着社会的进步，舞蹈也随着民族文化的发展而千变万化、丰富多彩，并逐渐锤炼为意韵浓郁、特色鲜明的民族文化精品。

第1节
风格各异的华夏民间舞

再没有别的艺术行为能像舞蹈那样转移和激动一切人类。
——恩斯特·格罗塞



秧歌锣鼓谱：$\frac{2}{4}$

	一鼓				
鼓	X	0 X X	X X	X
小钹	X	X	X	X
大钹	0	0	0	X
	咚	0 古儿	龙 咚	仓

聆听与欣赏

东北秧歌

东北秧歌是我国东北三省人民十分喜爱的一种民间舞蹈。其音乐既有火爆、热烈的特点，又有欢快、俏皮、风趣和优美抒情的特点。唢呐吹得委婉，小钹（板儿）打得紧促……这种音乐和节奏特点，必然赋予动作以特有的韵律，为舞蹈的稳中“浪”、浪中“俏”、俏中“哏”(gén)增色添彩。

喜　雪

1＝F $\frac{2}{4}$
欢快地
选自舞蹈《喜雪》音乐

6 3·2 | 3 6 | 1·2 7 6 5 | 6 3· |

6 6 | 5·6 4 3 | 2 1 6 1 | 2 － | ……

火热欢快的音乐节奏伴随着少女的旋转，像片片雪花飘落，再加上变化多姿的抛接手绢，形象地表达了赏雪、玩雪的欣喜欢乐之情。



二鼓

鼓	X 0 XX	X X X	X· X X	X 0
小钹	X X	X X	X X	X 0
大钹	0 0	0 X	0 0	X 0
	咚 0 古儿	龙 咚 仓	咚· 不咚	仓 0

三鼓

鼓	X 0 XX	X X X	0 XX X X	X X· X	X X
小钹	X X	X X	X X	X X	X 0
大钹	0 0	0 X	0 X	0 0	X 0
	咚 0 古儿	龙 咚 仓	0 古儿龙 咚	仓 咚·不	咚 仓

四鼓

鼓	X 0 XX	X X X	0 XX X X	X 0 XX	X X X	X X·X	X X
小钹	X X	X X	X X	X X	X X	X X	X X
大钹	0 0	0 X	0 0	X 0	0 X	X 0	0 X
	咚 0 古儿	龙咚仓	0 古儿龙 咚	仓 0 古儿	龙咚仓	仓 咚·不	咚 仓

五鼓

鼓	X X	0 XX X X	X X	0 XX X X	X XX X X
小钹	X X	X X	X X	X X	X X
大钹	0 0	0 0	X X	0 0	X 0
	咚 咚	0 古儿龙 咚	仓 咚	0 古儿龙 咚	仓 古儿龙 咚

鼓	X XX X X	X X	0 XX X X	X X· X	X X
小钹	X X	X X	X X	X X	X X
大钹	X 0	X X	0 0	X 0	0 X
	仓 古儿龙 咚	仓 咚	0 古儿龙 咚	仓 咚· 不	咚 仓

藏族舞蹈

藏族文化源远流长。藏民们主要居住在我国的青藏高原。特殊的地理环境和宗教信仰，使他们创造了独特而又丰富多彩的民间歌舞艺术。藏族音乐具有活泼、热烈、朴实或优美抒情的特点。藏族舞蹈主要有动作柔美、连绵不断的弦子；节奏鲜明、灵活敏捷的踢踏；还有奔放豪迈、沉稳豪爽的卓。



牛背摇篮

$1={}^{\flat}B$ $\frac{2}{4}$

中速　深情地

王　勇　孟卫东　曲

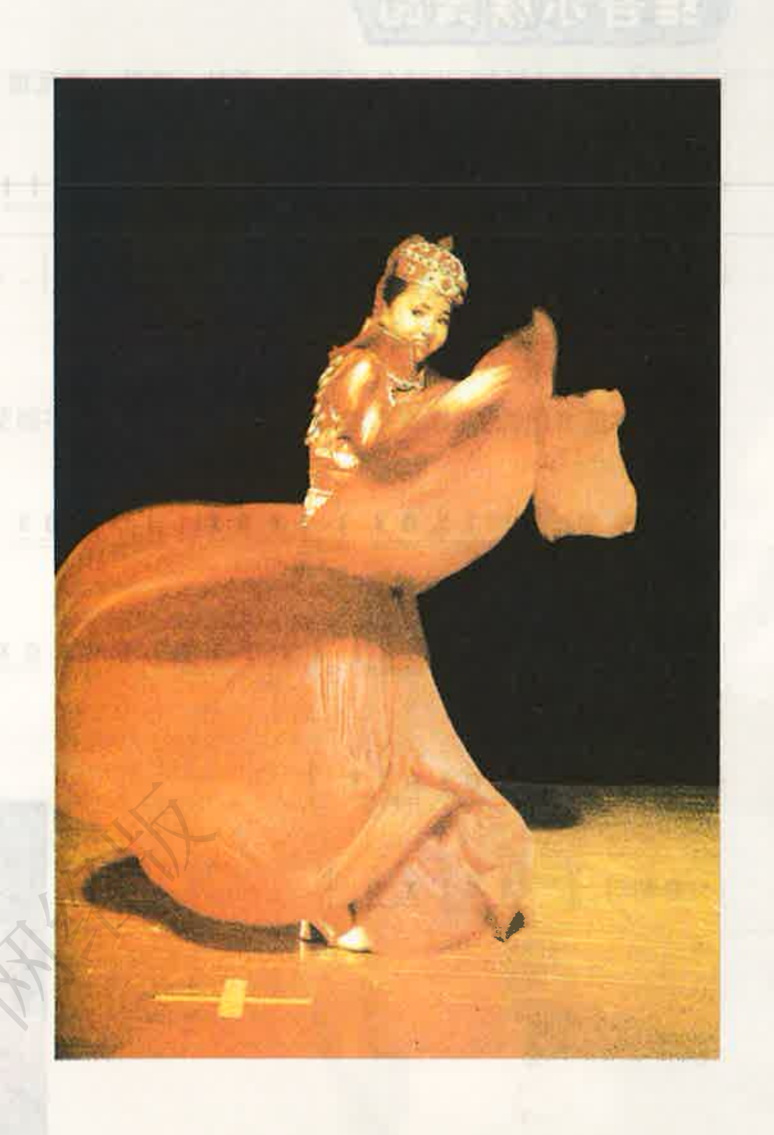
6 i̇2̇6 i̇2̇ | 6 35 6 56 | i̇ 2̇3̇ 2̇3̇2̇i̇ | 6 656 |

6 i̇2̇6 i̇2̇ | 6 35 6 56 | i̇ 2̇3̇ 2̇3̇2̇i̇ | 6 656 |……

舞蹈在悠扬的笛子声中拉开序幕。开始时舒缓凝重的音乐，表现了小姑娘在“牛背”上摇荡。中段活泼开朗的音乐，表现了小姑娘与两只“牦牛”之间的亲密之情。最后的再现部分，表现了小姑娘趴在牛背上遐思眺望，如同一首人与自然和谐相处的古老的田园牧歌，意味无穷，令人沉醉。

蒙古族舞蹈

蒙古族被人们称为“马背上的民族”。蒙古族民间舞蹈历史悠久、内容丰富、形式多样，具有集体性和自娱性的特点。蒙古族的民间音乐旋律优美、悍健有力、草原气息浓厚。蒙古族舞蹈根据风格的不同，可分为热烈奔放的“安代”；端庄稳健、含蓄柔美的“盅碗舞”；借筷抒情、优美娇健的“筷子舞’，以及强健洒脱、活泼畅快的“狩猎舞”等。



《蒙古人》音乐开始的一声呐喊，唤醒了草原、唤醒了生命。在激越的音乐中，一位蒙古族少女时而似雄鹰展翅，时而如骏马奔腾，显示出她内心的率直和豪情。慢板时宁静而安详的神态，含着包容一切的气度。随着渐快的音乐，舞步节奏也逐渐加快，将蒙古族人民剽悍的个性和勇往直前的精神，表现得酣畅淋漓。

蒙　古　人

1 = ♭G $\frac{4}{4}$

滕格尔　曲

小行板　抒情地

3 6 6 5 3· 3 5 1 | 6 - - - | 3 3 3 3 2· 2 3 6 | 6 - - - |

3 6 6 5 6· 6 1 6 | 2 - - - | 3 5 5 6 2 1 | 6 - - - :‖

6 - 6 5 6 7 | i - - 7 | 6 - 6 5 3 2 5 3 | 3 - - - |

6 - 6 5 6 7 | i - - 7 | 6 - 6 5 7· 6 | 6 - - - | ……

维吾尔族舞蹈

1. 维吾尔族赛乃姆舞[1]的特色乐器有：手鼓、铁鼓、热瓦甫、卡龙、艾捷克等。

主要鼓点：

(1)赛乃姆 4/4 X·111 0X1 X X 1 11 | X·111 0X1 X X1 |

(2)赛乃凯斯 2/4 a. X·1 X1 | b. X11X1 | c. X1X1 |

d. X11X1 | 等。

2. 维吾尔族多朗舞[2]的伴奏乐器有：卡龙、多朗热瓦甫、多朗艾捷克、小手鼓等。

主要鼓点：

(1)齐克提麦 6/8 1·1X0X 1·1X0X | 1·1X0X 1·1X0 |

(2)赛乃姆 4/4 X01 0X1 X X 1 11 | X01 0X1 X X 10 |

(3)赛乃凯斯 2/4 X01 0X1 |

(4)赛勒玛 2/4 X01 X0 |

维吾尔族主要分布在新疆天山南北各地。新疆自古以来以“歌舞之乡”著称。维吾尔族舞蹈既有鲜明的民族特色，又融入了西域乐舞风味。主要有“赛乃姆”、“多朗舞”和“手鼓舞”三种表演形式。维吾尔族的音乐节奏多用切分音、附点节奏和弱拍强势，突出了舞蹈风韵和民族特点。



顶 碗 舞

1 = ♭E 2/4

中速 欢快地

依克木·艾山 曲

0 #55 ‖: 4 3 | 4 3·3 | 2·3 4346 | 3 - | 3 - |

3 - | 3 - | 3 #55 :‖ 4 3 | 3 #55 | 4 3 |

3 #55 | 4 3 | 4·3 4·3 | 4·3 7·i | 7 #5 | 5 3·#5 |

4 3·3 | 23 4346 | 3 - | 3 - | 3 - | 3 - | ……

在优美抒情、风格浓郁的音乐声中，一群美丽的维吾尔族姑娘，头上顶着高高耸立的白瓷碗，随着音乐舞动，充满了青春的朝气。从容流畅的步伐与队型变化交相辉映，恰似天山甜美的清泉流淌不息，宛若草原繁花在风中飘舞。

①② 维吾尔族赛乃姆舞和多朗舞的鼓点引自《中国民族民间舞教材与教法》（潘志涛主编 上海音乐出版社 2001年版）

朝鲜族舞蹈



朝鲜族主要分布在我国的东北地区。那里的人们勤劳朴实、能歌善舞。朝鲜族人把白鹤看成是吉祥纯洁的象征，柳手鹤步是朝鲜族舞蹈的风格特征，具有潇洒、典雅、含蓄、飘逸的独特风韵。朝鲜族舞蹈有不同的节奏，一般用“长短”表示节拍和节奏特点。常用的节奏有“古格力”、“安旦”、“他令”等。

鼓谱：

主要为单拍子，包括$\frac{5}{8}$、$\frac{7}{8}$、$\frac{5}{4}$等混合拍子，多以三拍子为主。

常用基本节奏型：

1. 古格力长短

基本节奏型：($\frac{12}{8}$) X X X XXXX X X X XXXX

口读谱：($\frac{12}{8}$) 咚 嗒 咚 嗒嗒嗒嗒 咚 嗒 咚 嗒嗒嗒嗒

2. 漫长短

基本节奏型：($\frac{12}{8}$) X X 0 X 0 X X 0 X 0

口读谱：($\frac{12}{8}$) 咚 嗒 空 嗒 空 咚 嗒 空 嗒 空

基本节奏型：($\frac{12}{8}$) X· X 0 X· X 0

口读谱：($\frac{12}{8}$) 咚· 嗒 空 咚· 嗒 空

节奏特点：刚劲有力，富有劳动气息。

3. 安旦长短

基本节奏型：($\frac{4}{4}$) X X X 0 X 0 X

口读谱：($\frac{4}{4}$) 咚 嗒 嗒 空 嗒 空 嗒

节奏特点：欢快、明朗、富有弹性

4. 挥莫力长短

基本节奏型：($\frac{4}{4}$) X XX XXXX X XX XXXX

口读谱：($\frac{4}{4}$) 咚 嗒嗒 嗒嗒嗒嗒 咚 嗒嗒 嗒嗒嗒嗒

长 鼓 舞

1 = ♭B $\frac{3}{4}$

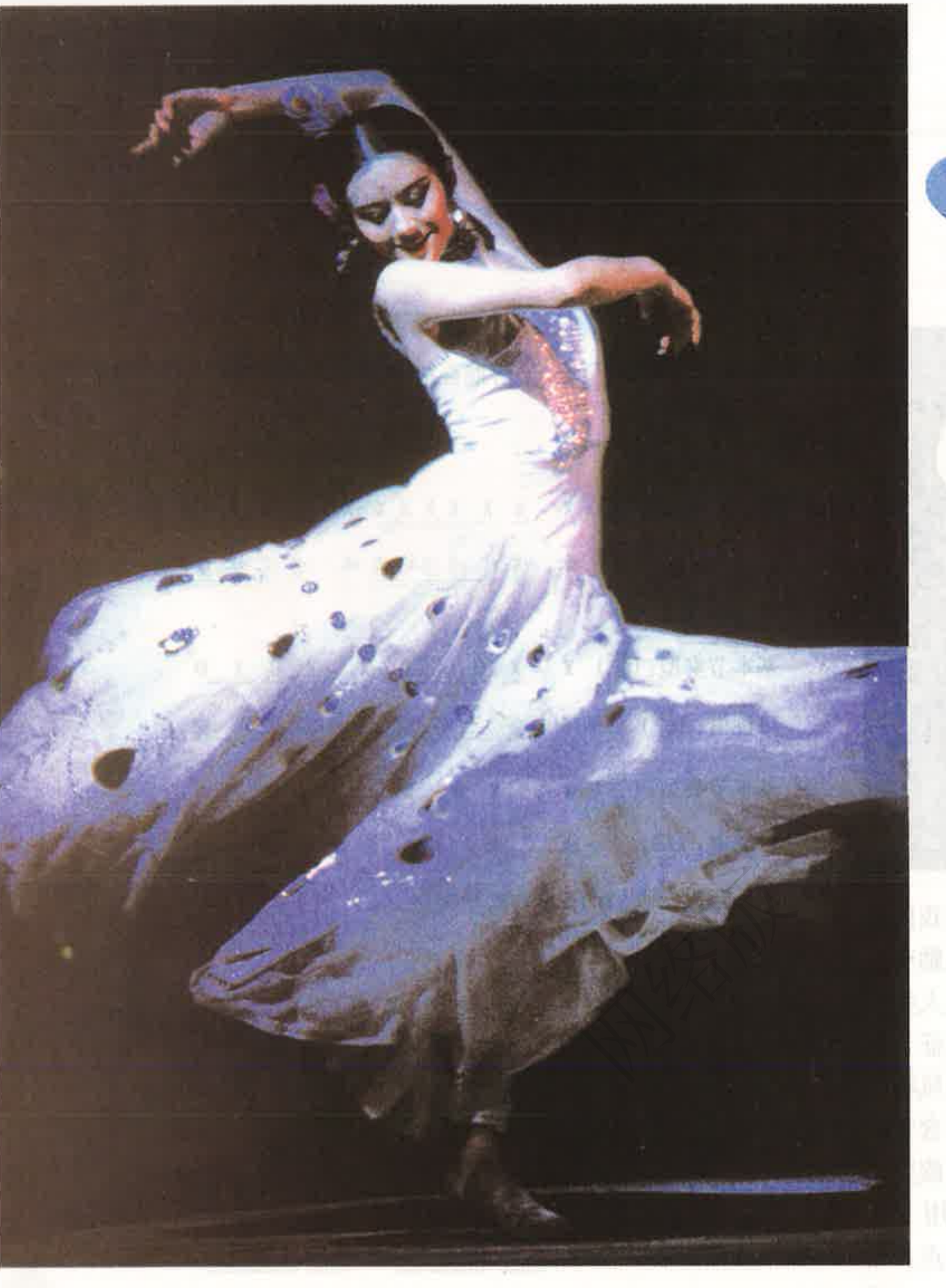
朝鲜族民间音乐

中速稍慢 抒情地

3· 3 3 | 3· 2 3 | 2· 1 2 1 | 6̣ - - |

2· 2 2 | 2· 1 3 | 2· 1 2 1 | 6̣ - - | ……

在缓慢抒情的音乐声中，朝鲜族少女翩然起舞、轻盈飘逸。随着深情的古格力节奏，独舞者边击鼓边舞动，鼓与舞相辅相成，几臻完美境界。整个作品充满了浓郁的民族风格。



傣族舞蹈

傣族主要聚居在我国西南地区云南省西双版纳、德宏自治州和耿马、孟连自治县等地。美丽的环境、善良的民族，孕育了风格浓郁的傣族音乐和舞蹈。傣族音乐旋律平稳，优美抒情；舞蹈含蓄、灵巧，如“三道弯”、“一边顺”的舞蹈姿态就富有雕塑感。傣族舞最具代表性的是孔雀舞、象脚鼓舞和嘎光舞。

一只洁白的孔雀，迎着晨曦，踏着露珠，轻梳羽翅，随风起舞。作者通过对孔雀灵性的描写，寄予了傣族人民对和平、幸福、美满生活的向往。舞者利用手指的灵巧，以及手臂、肩、胸、腰等有节奏、有层次的律动，来表现孔雀的机敏、轻巧和高洁，充分展示了舞蹈艺术的魅力。

雀之灵

1＝A $\frac{4}{4}$

稍慢　抒情地

张平生　王甫建　曲

3 - - 2 3 | 6 - - 5 6 | i - - i 3 |

7 - - 5 | 6 - - - |……

学习与掌握

东北秧歌组合

手巾花：绕花、片花、缠花等。

步伐：踢步、十字步、走场步、蹲裆步。

做法

准备：正步双手叉腰。

[1－4] 左脚开始两拍一次前踢步。

[5－8] 两拍一次后踢步交替花（见图83）。

[9－12] 前踢步交替花两次，接压脚跟双臂花四次（见图84）。

[13－16] 稳相动作两次（见图85）。

[17－18] 前踢步大盖手花左转一圈。

[19－20] 压脚跟蝴蝶花两次（见图86）。

接二鼓：大盖手花接穿掌翻身，掏手亮相（见图87）。



后踢步交替花83

压脚跟双臂花84

稳相85

蝴蝶花86

掏手亮相87

小　看　戏

1＝F $\frac{2}{4}$

欢快地

东北民歌

[1] i· 2 i 6 | 5 3 5 6 5 | 3 3 5 2 3 | 5 0 | [5] 5 3 5 5 6 |

i i 6 5 | 3 5 3 5 6 5 6 i | 5 5 i 3 | 2· 3 5 5 | [10] i· i 3 2 |

1 1 2 | 1 － | 3· 5 3 5 | i i i i | [15] 6· 2 7 6 |

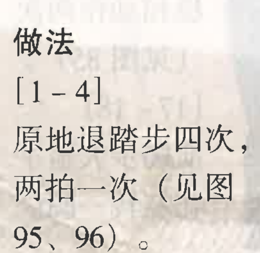
5 5 3 | 2· 3 5 5 | i· i 3 2 | 1 1 2 | [20] 1 － ‖

藏族舞组合

弦子主要步伐:平步、拖步、撩步、靠步等。

踢踏主要步伐:第一基本步、第二基本步、第三基本步、退踏步、抬踏步、滴答步等。

卓主要步伐:前点步、旁点步。



做法

[1 - 4]

原地退踏步四次，两拍一次（见图95、96）。



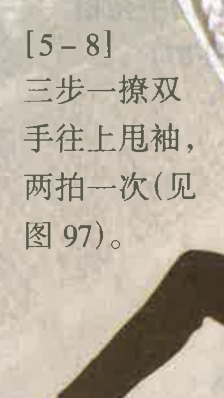
退踏步（一）95



退踏步（二）96

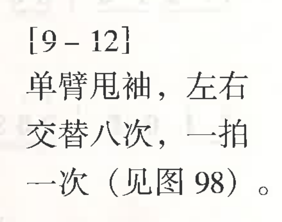
[5 - 8]

三步一撩双手往上甩袖，两拍一次(见图97)。



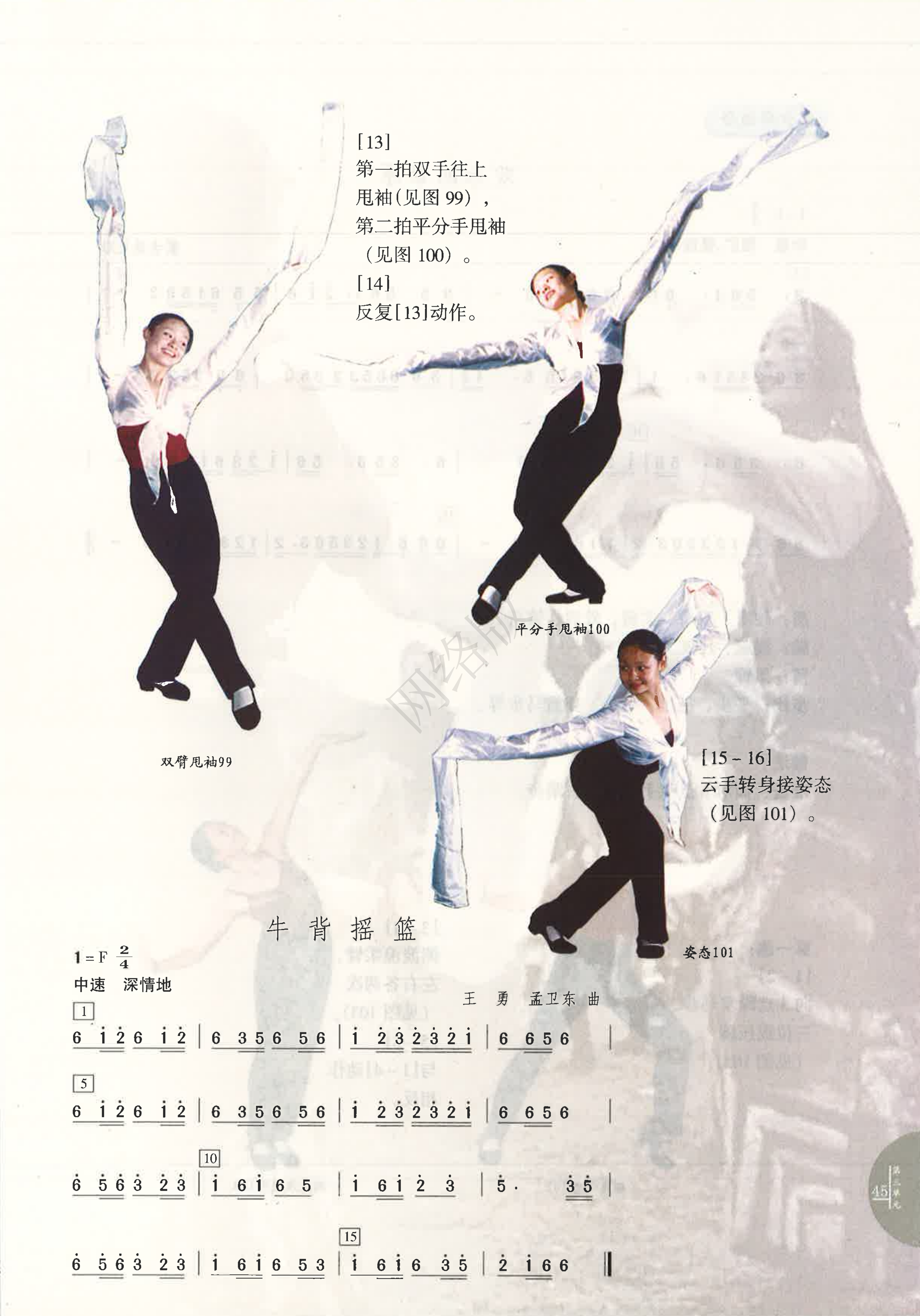
三步一撩97

单臂甩袖98



[9 - 12]

单臂甩袖，左右交替八次，一拍一次（见图98）。



[13]
第一拍双手往上甩袖(见图 99)，第二拍平分手甩袖（见图 100）。
[14]
反复[13]动作。

双臂甩袖99

平分手甩袖100

[15－16]
云手转身接姿态（见图 101）。

姿态101

牛背摇篮

1＝F $\frac{2}{4}$
中速　深情地

王　勇　孟卫东　曲

[1]
6 1 2 6 1 2 | 6 3 5 6 5 6 | 1 2 3 2 3 2 1 | 6 6 5 6 |

[5]
6 1 2 6 1 2 | 6 3 5 6 5 6 | 1 2 3 2 3 2 1 | 6 6 5 6 |

6 5 6 3 2 3 | [10] 1 6 1 6 5 | 1 6 1 2 3 | 5 · 3 5 |

6 5 6 3 2 3 | 1 6 1 6 5 3 | [15] 1 6 1 6 3 5 | 2 1 6 6 ‖

欢乐的草原

1＝C $\frac{4}{4}$

中速　粗犷、豪放地

蒙古族民歌

[1]
3· 56 1· 6 | 2· 3 6 i 5 6 5 － | 3 5 56 i· 2 i 6 | 5 5 6 1 3 5 2 － |

[5]
3 6 2 3 3 1 6· 1 | 3· 5 6 i 5 6· i 2 | 3 6 6 5 5 3 2 3 5 3 | 6 6 3 5 2 1 － |

[10]
6· 3 5 6· 5 6 | i 2 3 6 i 5 6 － | 6· 3 5 6· 5 6 | i 2 3 6 i 5 6 3 － |

[15]
6 6 6· 1 2 3 5 6 3· 2 | 1 1 6 1 6 5 3 － | 6 6 6· 1 2 3 5 6 3· 2 | 1 2 3 5 2 3 i 6 － ‖

肩：硬肩、双肩、柔肩、耸肩、笑肩。

腕：提腕、压腕。

臂：柔臂。

步伐：平步、趟步、马步、摇篮马步等。

做法

准备：面对6点双手叉腰，右踏步。

第一遍：

[1－2]

向3点踩掌马步，三位提压腕（见图102）。

[3－4]

侧波浪柔臂，左右各两次（见图103）。

[5－8]

与[1－4]动作相反。



踩掌马步102



侧波浪柔臂103



[9－12]
右脚起趟步柔臂（见图 104），四拍一次，前后各四次。

趟步柔臂104

[16]
滑步提腕（见图 107）。

滑步提腕107

[13]
踏步硬肩前后移重心（见图 105）。
[14]
踮步硬肩左转一周，一拍一次。

踏步硬肩105

[15]
进退步顺风旗位提压腕，左右交替。（见图 106）。

顺风旗位提压腕106

左转下分手弓步接姿态（见图 108）。

弓步接姿态108

新疆舞组合

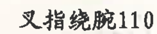
手：摊手、捧手、绕腕、叉指等。
步伐：点步、探三步、滑冲步、三步一抬等。



做法
前奏[1－4]小八字步垂手准备。
第一遍：
[1－4]
踩脚前点，绕腕立掌，提裙式晃身（见图109）。

[5－8]
探三步四次，双手山膀按掌位交替柔手。
[9－12]
叉指绕腕，滑步移颈（见图110）。

提裙式晃身109

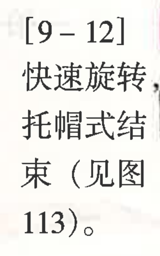


叉指绕腕110

第二遍：
[1－4]
踏三步，手捋发式转身。
[5－8]
三步一抬云手下腰（见图111），360度转身，顺风旗绕腕（见图112）。



[9－12]
快速旋转，托帽式结束（见图113）。



云手下腰111　顺风旗绕腕112　托帽式113

送你一枝玫瑰花

1＝C $\frac{2}{4}$
欢快地

维吾尔族民歌

[1] 6·666 02#12 | 3 - | 4·444 32#12 | 2 - | [5] 1·111 1 2 | 33 1766 |

1·111 76#56 | 6 - | [10] 1·111 1 2 | 33 1766 | 1·111 76#56 | 6 - ‖

朝鲜族舞组合

桔　梗　谣

1＝C $\frac{3}{4}$

欢快地

朝鲜族民歌

[1]
3 3 3 | 3 3 2 3 | 5 5 6 5 | 3· 2 1 | [5] 3 3 3 |

2 3 2 1 6 5 | 6 1 6 | 5 - - :‖ 3 3 3 | [10] 3 3 2 3 |

Fine

5 5 6 5 | 3· 2 1 | 3 3 3 | 2 3 2 1 6 5 | [15] 6 1· 6 |

5 - - | 6 5 6 1 6 5 | 6 5 6 1 6 5 | 1 1· 2 | [20] 1 - - ‖

D.C

手：扔、弹、推、拍。

步伐：平步、鹤步、垫步、滑步、交叉步等。

做法

准备：

小八字步六位站立，面对2点。

第一遍：

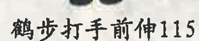
[1－4]

错步交替前伸手四次，一小节一次（见图114）。

错步交替前伸手114

[5－8]

鹤步打手前伸（见图115），扛开手（见图116）。



鹤步打手前伸115



扛开手116



[9－12]

鹤步后退小围手（见图117）。

鹤步后退小围手117



[13－16]

滑步扛开手（见图118）。

滑步扛开手118

[17－20]
围肩手耸肩，
左右拖步移重心（见图 119）。
反复[1－8]
平步自转，围肩手（见图 120）。



拖步移重心119　　围肩手120

第二遍：

[1－4]
平步前走，平开手向前画小圈。

[5－8]
平步后退，平开手向前画小圈。

[9－12]
拍腿顺风旗位（见图 121），山膀按掌位呼吸一次。



拍腿顺风旗位121



踏步蹲双手前伸122

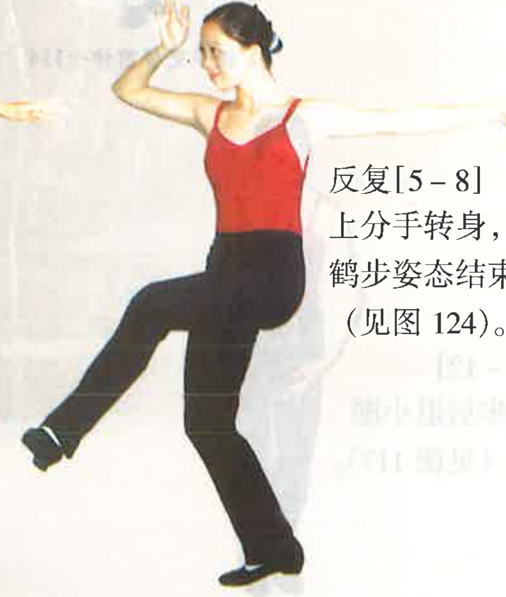
[13－16]
踏步蹲双手前伸（见图 122）。
碎步后退平开手（见图 123）。

[17－20]
围肩手耸肩，左右拖步移重心。
反复[1－4]
反复第一遍[13－16]动作。



平开手123

反复[5－8]
上分手转身，鹤步姿态结束（见图 124）。



鹤步姿态结束124

傣族舞组合

手： 柔手、曲掌翻腕手、翻掌托按手、下穿手、环手等。

步伐： 平步、点步、踮步等。

做法

准备： 面对1点，双手三位手合腕。

第一遍：

[1－4]
曲掌接低展翅，左右交替做（见图125）。



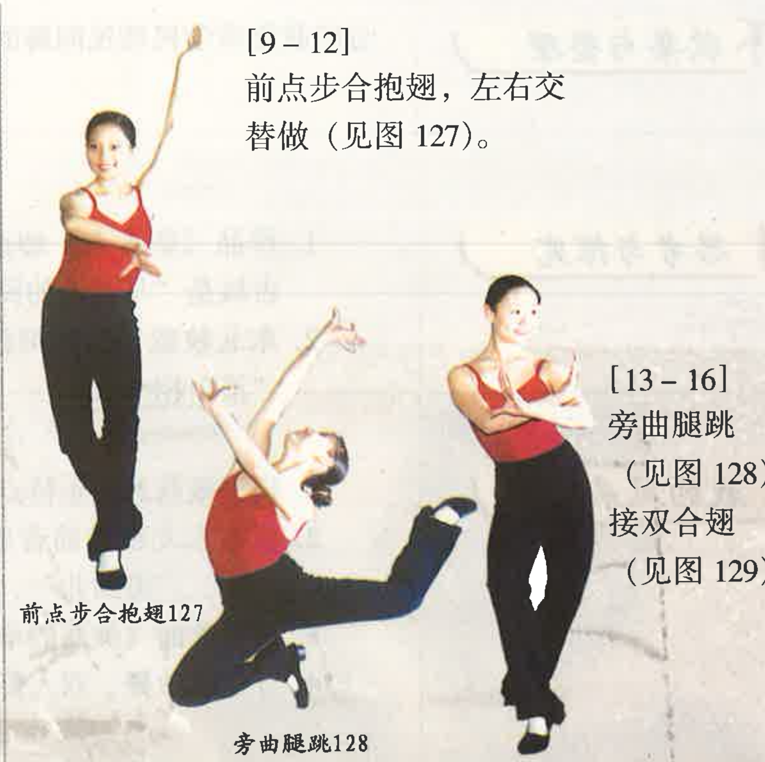
低展翅125

[5－8]
曲掌接高展翅，左右交替做（见图126）。



高展翅126

[9－12]
前点步合抱翅，左右交替做（见图127）。



前点步合抱翅127

旁曲腿跳128

双合翅129

[13－16]
旁曲腿跳（见图128）。接双合翅（见图129）。

第二遍：

[1－4]
踮步下穿手，左右各做两次（见图130）。

踮步下穿手130

[5－8]
曲掌平步横移（见图131）。

[9－12]
下晃手平步后退接托掌高展翅。

[13－16]
快速旋转高展翅结束。

曲掌平步横移131

傣 族 欢 歌

1＝F $\frac{2}{4}$

中速　优美地　　　　　　　　　　许新华 曲

[1] 1 21 5 2 | 3· 5 | 1 3 3 61 | 2 － | [5] 3 6 1· 2 |

5 35 3 6 | 1 2 1 52 | 3 － | 3· 5 5 3 | [10] 3 13 1 6 |

1 2 1 52 | 3 5· | 3· 5 3 6 | 1 2 2 | [15] 7 2 5 35 | 6 － ‖

收集与整理

分组收集所学民族民间舞的音乐及相关资料。

思考与探究

1. 作品《蒙古人》塑造了怎样的人物形象？你如何理解蒙古族是“马背上的民族”？
2. 东北秧歌音乐的抑扬顿挫是否和动作“哏”、“稳”、“浪”相一致？

我的风采

1. 根据藏族的音乐特点，配上你所熟悉的藏族舞蹈动作。
2. 根据东北秧歌的音乐特点，用舞蹈动作准确地把“哏劲儿”、“美劲儿”、“浡劲儿”表现出来。
3. 根据歌曲《美丽的草原我的家》的音乐编排舞蹈动作。
4. 分组以独舞、双人舞或群舞的形式展示舞蹈组合。

艺术文档

相关知识

20 世纪 90 年代以后舞蹈界的重大活动：

1. 创新和发展了民间歌舞艺术。其代表作有：《乡音乡情》、《献给俺爹娘》、《月牙五更》。
2. 成立了广东实验现代舞团和北京现代舞大专班。
3. 举办了秧歌比赛。
4. 成立了中国社会舞蹈研究会，积极开展各种社会舞蹈活动。
5. 举办了第三届中国艺术节，召开了全国民族舞蹈创作研讨会。
6. 举办了全国舞剧观摩演出。
7. 举办了国际舞蹈院校舞蹈节。

音像推荐：

《历届桃李杯比赛》

（VCD　中央音乐学院北京环球音像出版社）

学习体会与评价：

____

____

____

____



第2节
千姿百态的外国民间舞

让这孩子走自己的路吧，千万不要迫使他放弃自然的典雅，要知道即使他的缺陷也是只有他一个人固有的啊！

——[俄]约翰松（俄罗斯芭蕾教学体系的创立人）

聆听与欣赏

俄罗斯舞

1 = ♭E 2/4

快速　热情地　　　　俄罗斯民间音乐

7·1 2 3 | 1 6 1 3 2 1 | 7·1 2 3 | 1 6 6 |

2 2 6 5 4 | 3·4 3 2 1 | 7·1 2 3 | 1 6 6 |……

俄罗斯舞蹈历史悠久、内容丰富。有结构形式多种、队形变化多样、表现端庄圣洁的“轮舞”；也有热情幽默、炫耀高超技巧的“竞演舞”等。

常用步伐：三步一抬、横移步、跳点步、手风琴舞步等。

西班牙舞



西班牙靠近地中海，为欧洲、非洲的交通枢纽。它受希腊、罗马、基督教、阿拉伯和吉卜赛文化的影响，使其舞蹈颇为丰富多彩、热情奔放。西班牙舞蹈的动作带有挑逗性，用眼神、形态和姿势表现男女之间的感情交流，并带有东方色彩。

常用舞步：打点步、踏点步、摇摆步。

（选自芭蕾舞剧《天鹅湖》第三幕）

1 = A 3/4　　　　[俄]柴科夫斯基 曲

(6 6 6 6 6 6 6 | 6 6 6 6 6 6)3 | 6 6 1 7 6 7 |

3 3 6 5 4 7 | 3 3 4 3 2 3 2 | 1 1 2 1 7 1 7 | 6 ……

玛祖卡



玛祖卡是18世纪开始流行于欧洲各国的宫廷舞蹈和舞会舞。玛祖卡舞蹈热情奔放，采用男女双人集体舞的形式表演。舞步流畅、舒展，队形变化多样。

常用步伐：玛祖卡基本步、跛步、摆步、打击、跑跳步等。

（选自芭蕾舞剧《天鹅湖》第三幕）

1＝G 3/4

快速 欢乐地

［俄］柴科夫斯基 曲

5· 5 #4 - | 6 5 - | 3· 3 #2 - | 4 3 - | 6· 7 2· 7 5 |

6· 7 2· 7 5 | 1. 6· 7 1· 2 3· #4 | 5· 6 7 - :|| 2. 1· 2 3· #4 5· 6 | 7· 1 2 - |……

波尔卡

（选自芭蕾舞剧《吉赛尔》第一幕）

1＝A 2/4

中速 热情地

［法］阿道夫·亚当 曲

555 1 3 | 555 1 3 | 2 1 2 3 | 2 #1 2 | 555 1 3 |

555 1 3 | 2 ♮1 2 3 | 2 3 1 :| 2 2 | 3 1 2 |

7 1 2 17 | 6 2 7 5 | 2 2 | 3 1 2 | 7 1 2 17 | 6 2 5 |……



波尔卡是19世纪30年代流行于捷克农村的一种波尔卡节奏的舞蹈。波尔卡舞是一种2／4拍节奏的活泼型的对舞。舞时，男女成对地沿舞厅周围逆时针方向旋转行进。

常用步伐：波尔卡基本步、横步、前后步等。

踢踏舞



踢踏舞形成于20世纪20年代的美国，经过了近百年的发展，最主要的分支有两种：爱尔兰风格的踢踏舞和美国风格的踢踏舞。踢踏舞主要强调脚部动作的灵活性，它夸张热烈、自由奔放，吸收了爵士乐和即兴表演的诸多元素，更具自娱性、开放性和挑战性。

常用步伐：打击、落步、踏步、掌击步、刷步、换步、拖步、三连音步等。

大河之舞

（选自《大河之舞》片段）

1=G $\frac{3}{8}$

热情　奔放地

选自《大河之舞》舞蹈音乐

6 3 3 | 6 2 2 | 6 1 7 | 6 5 6 | 1 7 6 | 5 6 3 | 6 1 7 | 6 5 3 | 6 3 3 |

6 2 2 | 6 1 7 | 6 5 6 | 1. 1 7 5 | 6 0 3 | 6 1 7 | 6 5 3 :‖ 2. 1 7 5 | 6 0 0 | ……

学习与掌握

俄罗斯舞蹈组合

当我在邮局当马车夫的时候

1=D $\frac{2}{4}$

热情、欢快地

俄罗斯民歌

[1] 3 | 6 5·4 | 3 1 2 | 3 3·4 | 3 0 3 | [5] 7 #5·4 |

3 2 7 1 | 6· 1 7 | 6 0 | 6 3·3 | [10] i 7·6 |

6 5·4 | 6· 4 | 3 7 1 | 5 4 3 2 | [15] 6· 1 7 | 6· ‖

做法

准备：面向正前方，双手叉腰，站右丁字步。

Da：右脚稍蹲，左脚抬起。

[1 － 2]	双手叉腰绷脚向前迈三步，第四拍转身左脚抬起 45 度右手三位。
[3 － 4]	右手三位绷脚向前迈三步，第四拍转身左脚抬起 45 度双手三位。
[5 － 6]	双手三位绷脚向前迈三步，第四拍转身左脚抬起 45 度双手叉腰。
[7 － 8]	双手叉腰绷脚向前迈三步，第四拍转身踩脚。
[9 － 16]	两拍一次，做跳踏步八次。
反复 [1 － 8]	前后换步落跟踩脚四次。
反复 [9 － 16]	旁点拖步并脚，左右各两次。



西班牙舞蹈组合

做法

准备：面向 2 点，视 8 点，两手叉腰，右丁字步。

第一遍：

[1 － 2]	前三拍双臂后一位。
[3 － 4]	二位手。
[5 － 6]	三位手。
[7 － 8]	分手落下。
[9 － 10]	重复[1－2]动作。
[11 － 12]	二位手，右脚 8 点前点。
[13 － 14]	三位手，前移重心。
[15 － 16]	左手慢落。

第二遍：

[1 － 2]	右手二位。
[3 － 4]	掖左脚碎步左转一周原姿不变，向 2 点左脚前点左手二位。
[5 － 6]	向 2 点左进右退点地，交替四位手，分手踹左腿。
[7 － 8]	向 8 点重复[5－6]动作。
[9 － 12]	重复[5－8]动作。
[13 － 16]	慢收结束。

安 达 路 沙

1＝E $\frac{3}{4}$

热情、欢快地

[西]恩·格拉纳多斯 曲

[1] 5̇ 5̇· 4̇ | 5̇· i̇ 2̇ 3̇ | 4̇ 4̇· 3̇ | 2̇· 7 i̇ 2̇ | [5] 3̇ 3̇· 2̇ | 3̇· 6 7 i̇ |

2̇ 2̇· i̇ | i̇· 6 5 3 | 2 1 2 | [10] 3· 6 5 3 | 2 1 2 |

3· 6 5 3 | 2 1 6 5 3 | 2 i̇ 6 5 3 | [15] 2 1 2 | 3 － － ‖

波尔卡舞蹈组合

做法

准备： 前奏 4 小节。

五位脚右手三位，左手叉腰。

第 3 小节拍手两次，第 4 小节打开手小七位。

第一遍：

[1 – 8] 前进波尔卡八次，两人交叉拉手。

[9 – 12] 原地波尔卡五位手四次。

[13 – 16] 小七位手左跳转圈一周，叉腰并腿跺脚三次。

第二遍：

[1 – 4] 后跑转身打开小七位手。

[5 – 12] 前进波尔卡八次，两人交叉拉手。

[13 – 16] 原地转圈。

第三遍：

[1 – 4] 原地波尔卡五位手四次。

[5 – 8] 退步左右跳各两次。

[9 – 10] 右起跺步双手右肩前拍手两慢三快两次。

[11 – 12] 碎步后退接准备姿态。

[13 – 16] 立五位脚四次，右手三位手，左手叉腰。

拉德茨基进行曲

1＝D $\frac{2}{2}$

欢快地

［奥］老约翰·施特劳斯 曲

[1] ⁴3 #2 | 3 ⁴3 #2 3 ⁴3 2 | 3 ♮2 1 ⁴3 #2 | 3 ⁴3 #2 3 ⁴3 2 | 3 6 5 5 3 |

[5] 4 6 5 5 ♮2 | 3 6 5 5 3 | 2 7 0 6 | 5 5 #4 5 6 5 ♮4 |

3 ⁴3 #2 3 ⁴3 2 | [10] 3 ♮2 1 ⁴3 #2 | 3 ⁴3 #2 3 ⁴3 2 | 3 6 5 5 3 |

4 3 2 – | 4 2 1 – | [15] 7· 6 5 4 3 2 | 1 1 1 ‖……

玛祖卡舞蹈组合

做法

准备： 前奏 6 小节

[1 – 4] 右脚在前，左脚后点地站立，女双手拉裙，男双手扶左胯。

[5 – 6] 男伸右手手心向上，女伸左手搭在男手心上。

[1 – 2] 两次玛祖卡步出场。

[3 – 4] 两次摇篮步，面对面做，双手随摇篮左右晃。

[5 – 16] 反复[1 – 4]动作。

[17 – 20] 跛步向前，男叉腰、女提裙。

[21 – 24] 跛步向后，男叉腰、女提裙。

[25 – 32] 成对按关闭的姿态旋转，男士左脚后划圈做。

[33 – 36] 玛祖卡步三次，男女拉手姿态。

[37 – 38] 摆步转 1/2 圈。

[39] 第一拍踏右脚，左脚后点，同时右手打开七位面向 2 点，二、三拍停住。

[40] 第一拍左脚收前三位，同时手插腰，转向 8 点停住。

玛祖卡舞曲

1=C $\frac{3}{4}$

快速　热情地

[波]肖　邦 曲

[1] 5·7 i 6 | 5 i - | 5·7 i 2 3 i | 3 #4 5 - | [5] 5·#4 3 4 2 4 |

5· #5 6 ♮5 | 5 #4 2 4 | 5 - 5 ♮4 | 3 4 3 #2 3 5 4 | [10] 3·6 2· i |

7 i 7 #6 7 i 2 | 5 0 7 i· 2 | 3 4 3 #2 3 5 4 | 3·6 2· i | [15] 7 6 b6 ♮5 #4 ♮4 |

3·2 i - | i i 7 6 | 7 0 5 7 i | 7 6 #4 7 | [20] 6·5 2· 3 |

2·2 2 2 | 2·5 7 i | 7·6 #4 7 | 6 5 5 #4 3 | [25] 2 2 2 2 2 |

2·5 7· i | 7 6 #4· 7 | 6·5 2· 3 | 2·2 2 2 | [30] 2·5 7· i |

7 0 #6 ♮6 7 | 6 b6 5 #4 ♮4 4 | 3 4 3 #2 3 5 4 | 3·6 2· i | [35] 7 i 7 #6 7 i 2 |

5 0 7 i· 2 | 3 4 3 #2 3 5 4 | 3·6 2· i | 7 6 b6 ♮5 #4 ♮4 | [40] 3·2 i - ‖

踢踏舞组合

做法

第一遍：

[1－2]　右脚向前掌击踏步,趾球换步。

[3]　右踢踏跳接蹭步，趾球换步。

[4]　右踢踏跳接蹭步接向前掌击踏步。

[5－8]　动作同[1－4]反面。

[9]　右脚踩踏掌击单脚跳接蹭步向前掌击步。

[10]　同[9]反面。

[11]　右脚蹭步掌跟换步。

[12]　动作同[11]反面。

[13]　慢划桨步。

[14]　快划桨转换步。

[15]　快划桨步。

[16]　蹭跃后击步结束。

第二遍：

重复[1－16]的动作（音乐从头反复至结束）。

踢踏，踢踢踏

1=bB $\frac{4}{4}$

稍快　热情地

许新华 曲

3 ‖: [1] 6 6·6 6·7 i·3 | 7 7·7 7·i 2 | 3 6 6 3 2 i 7 2 | i 7 6 i 7 7 7 7 0 3 |

[5] 6 6·6 6·7 i·3 | 7 7·7 7·i 2 | 3 6 6 7 i 7 7 i | 7 6 #5 7 6 0 #5 6 | 7 3 7 3 7 i 2 #2 3 |

[10] 4 3 4 3 4 3 ♮2 #2 3 | 6 6 6 5 5 5 4 3 2 4 3 | 3 3 3 2 2 2 i 7 6 i 7 | 3 3 7 3 3 3 6 3 |

4 3 2 4 3 4 3 2 4 3 | [15] 3 2 i 2 2 i 7 2 i 7 6 i 7 6 #5 7 |1. 6 3 3 3 6 0·3 :‖2. 6 3 3 3 6 0 ‖

思考与探究

1. 西班牙的音乐和舞蹈风格与当地的风俗习惯有何关系？
2. 通过学习，比较外国代表性舞蹈的异同。

我的风采

1. 分组创编简单的俄罗斯舞蹈。
2. 尝试创编一段西班牙舞蹈。
3. 根据收集的波尔卡音乐，展示舞蹈动作。
4. 尝试创编一段玛祖卡舞蹈。
5. 尝试创编一段踢踏舞。

艺术文档

名书推荐：

《世界艺术史·舞蹈卷》
（欧建平著　东方出版社　2003 年版）

音像推荐：

《外国代表性民间舞》（VCD　中央音乐学院
　　北京环球音像出版社）
《大河之舞》（VCD　中央音乐学院　北京环球音像出版社）

学习体会与评价：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿
＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

芭蕾名星个人网站推介：

中国

郭　菲：http://www.guofei.org/home.htm
蔚　蓝：http://www.weilan8.com/
侯宏澜：http://www.honglan.net/
谭元元：http://www.yuanyuantan.com/index.html
刘世宁：http://shiningsam.myetang.com/

俄罗斯

Vladimir Vasiliev: http://www.vasiliev.com/
Rudolf Nureyev: http://www.rudolfnureyev.it/
Galina Mezentseva: http://www.csa.ru/Mezentseva/
Natalia Bessmertnova: http://www.ballerinagallery.com/bessmertnova/
Vladimir Malakhov: http://www.malakhov.com/
Kirov: Irma Nioradze: http://www.irmanioradze.ru/eng/about.htm
Andrei Uvarov: http://uvarov.msk.ru/
Nina Ananiashvili: http://ananiashvili.com/

第3节
绚丽多彩的舞剧天地

每个时代都应该创造出自己的典礼仪式……我始终坚信，舞蹈就是20世纪的仪式。

——［法］莫里斯·贝嘉



舞剧《红楼梦》





舞剧《唐·吉诃德》

聆听与欣赏

关不住的女儿

这是早期芭蕾代表人物让－多贝瓦尔的代表作，是至今仍活跃在芭蕾舞台上的一部“情节芭蕾”。舞剧以浓郁的法国乡土气息，描绘了一对相亲相爱的农村青年男女不贪图钱财，只追求纯真的爱情，最后以平民百姓的智慧冲破了家庭的重重阻挠，结为百年之好。该剧源起于贵族娱乐活动的宫廷芭蕾，在表现题材上开辟了新的途径，成为现实主义情节舞剧的典范。



1＝D $\frac{2}{4}$

慢速　抒情地

法国民间音乐

1 1̇ | 7· 7 | 1̇ 7 1̇ 7 | 1̇ 2̇ 3̇ | 1 1̇ | 7· 7 | 2̇ 2̇2̇ 2̇ 2̇ | 5 0 | ……

吉赛尔

《吉赛尔》被称为“浪漫主义的结晶”，是浪漫主义芭蕾鼎盛时期的代表作。剧中第一次塑造了一个被称为“考验女舞蹈家是否成熟的试金石”的角色——吉赛尔。其第一幕终场（“吉塞尔发疯”场面）以及第二幕的维丽丝女鬼的舞蹈，分别是“情节芭蕾”和早期“交响芭蕾”的范例。



1＝$^{\flat}$E $\frac{3}{4}$

稍慢　抒情地

[法]阿道夫·亚当 曲

1̇ - 3̇ | 3̇ 2̇ 1̇ | 1̇ 7 6 | 6 - 5 | 5 - - |

5 - #5 | 6 #6 7 | 1̇ 0 0 | 1̇ - 3̇ | 3̇ 2̇ 1̇ |

1̇ 7 6 | 6 - 5 | 5 - - | 5 #5 6 | #6 7 2̇ | 1̇ - - | ……

睡美人



《睡美人》是一部非常优秀的芭蕾梦幻剧。其场景富丽堂皇，舞剧充满了青春、阳光、生命和爱情。俄罗斯舞蹈编导家彼季帕巧妙运用古典芭蕾中的集体舞、双人舞以及三人舞等，将柴科夫斯基的音乐体现得淋漓尽致，使舞剧《睡美人》在百年之后的今天仍然是芭蕾艺术的经典之作。

1 = F $\frac{3}{8}$

中速　抒情地　　　　　　　　　　　　　　[俄]柴科夫斯基曲

1 · | 3 6 | 2 · | 2 5 6 | 7 1 2 | 5 · |

5 6 7 | 1 2 3 | 3 7 | 2 1 7 | 6 2 | 6 5 |……

仙女们



《仙女们》是被誉为“现代芭蕾之父”的米歇尔·福金在 1909 年创作的。作为芭蕾史上“第一部无情节的芭蕾”，被称为“现代芭蕾的处女作”。该作品反映了 20 世纪初的进步思想——冲破牢笼、求得自由。在华尔兹的结尾，仙女们与青年的动作越来越融合一致，寓意比翼同飞，奔向理想之国。



1 = A $\frac{2}{4}$

华彦钧 曲

慢速　如泣如诉地

2· 3 1 1 2 | 3 · 5 | 6 5 6 5 6 i | 5· 3 5 5 3 | 2 6 5 6 1 2 | 3 · 5 | 2·3 5 i 6 2 3 5 | 1 – | ……

舞剧根据华彦钧的二胡曲《二泉映月》改编，是高于生活的艺术创造。其音舞合璧写人生，情景交融新耳目，表现了阿炳坎坷的命运和人生的感悟，从而揭示了真、善、美是中华民族乃至全人类永恒不灭的理想和追求。



梅兰芳

舞剧《梅兰芳》把京剧唱腔、器乐有机地融会到交响乐里，既有交响乐宏大的表现力，又有京剧乐器的气氛和节奏感，具有中国式芭蕾舞的特色。舞蹈结合了芭蕾舞和京剧的肢体语言，表现姿态更为多样、丰富。服装设计上富有新意，把京剧繁重的戏衣行头，巧妙变化成充分展示舞蹈曼妙的霓裳羽衣，不失京剧神采而又简约可舞。



大红灯笼高高挂

《大红灯笼高高挂》根据苏童的小说《妻妾成群》改编。表现了在封建枷锁下女性悲惨的命运。舞剧将东西方文化巧妙地融合在一起，大胆地将京剧音乐、扮相和服装运用到舞剧中，并设计了京剧武生同女芭蕾舞演员共舞的场景，令人耳目一新。





梦白



琵琶奏出的悠扬古曲与现代音乐的交融，令人无限遐想。剧中最具视觉冲击力的是“醉”与“愤”两段。前者把李白的“醉”与现代人的“醉”作鲜明的对比。在现代音乐中，两种“醉”互相融合，表现出一种文化的延伸和发展；而后者则用写意的肢体语言，充分表现出古今文人“愤”的意境。

“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海。”后人梦李白，梦在历史的长河中延伸、实现……

野斑马

音乐开始以一段口琴的独奏带出优美的主题。剧中生动的动物形象、精致的服装以及绚丽的灯光造型，使整个舞台充满灿烂与神奇的视觉效果，让观众在曲折回旋的故事情节和愉悦优美的舞蹈中，体会爱情的崇高与伟大。







藏羚羊



大型现代舞剧《藏羚羊》通过塑造藏羚羊的舞蹈形象，展现出一个欢腾的高原动物世界，一个神秘的生命故事，一段由激情与凄婉交织而成的爱的历程。富有高原特色的音乐，简洁明快的舞台设计，把青藏高原的神奇风光展现在观众面前。演员们的跳跃、旋转和翻滚，把藏羚羊极具特点的灵巧、活泼表现得惟妙惟肖。《藏羚羊》每一幕均有鲜明的主题，从序幕中扑面而来的生命激情，到尾声里刺破和谐、发人深省的枪声，循序渐进地将舞剧推向高潮——呼吁人们爱护大自然，保护生态环境。

收集与整理

收集中外经典舞剧的相关资料及演出剧照。

思考与探究

舞剧中包含了哪些艺术形式？

我的风采

请模仿你喜爱的舞剧片段。

艺术文档

图书推荐：

《现代舞欣赏法》（欧建平著　上海音乐出版社 1996 年版）

学习体会与评价：

____

____

____

相关知识

广东实验现代舞团网页 http://www.gzgmdc.com

小词典

秧歌　腰鼓舞　花鼓灯　狮子舞　龙舞　花灯　热巴　安代舞　赛乃姆　农乐舞　孔雀舞　芦笙舞　阿细跳月



第四单元

随乐而舞

舞蹈是通过身体来表达内心感受的艺术。舞蹈的天赋每个人都有，让我们在美妙的音乐中，随乐而舞，随律而动，用肢体语言来表达心灵的诉说吧。

第1节
即兴舞蹈

没有哪个人的感情生活的经验是不伴随着运动的。而要通过重复与这些经验联系在一起的那些动作，去回忆并寻找新感情状态或经验，则是非常可能的。

——[美]约翰・马丁

聆听与欣赏

起风了



高山流水

1 = C $\frac{2}{4}$

慢速　抒情地

古　曲

3· 2 3 5 | 6 6 i | 6 6 5 4 3 | 5· 6 5 6 1 | 2 - |……



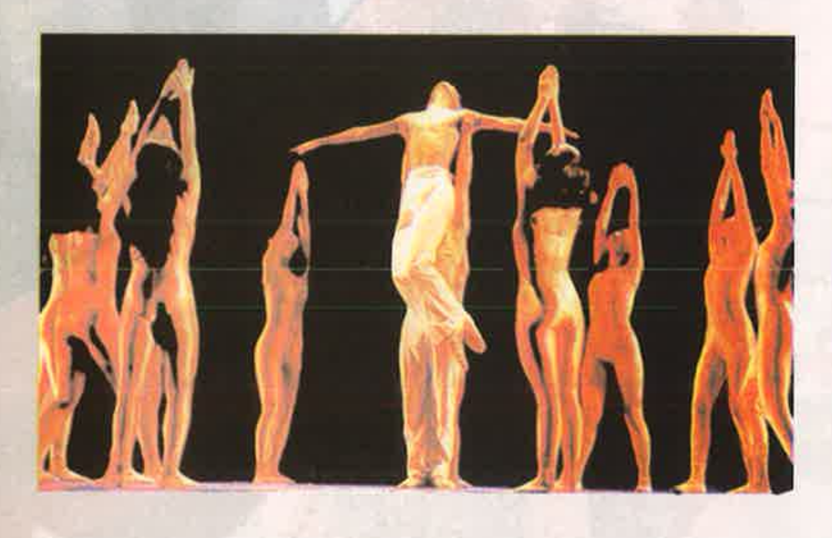
第五交响曲（命运）

1 = ♭E $\frac{2}{4}$

快板　热烈地

[德]贝多芬 曲

0 3 3 3 | i - | 0 2 2 2 | 7 - | 7 - |……





造型即兴

单人造型



双人造型



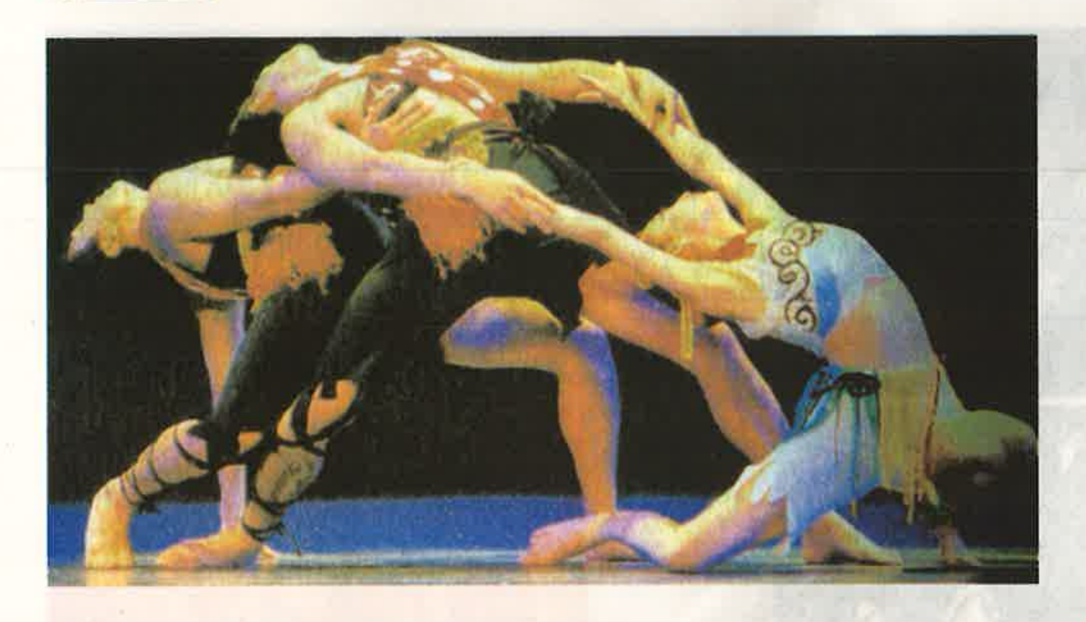








三人造型











多人造型











学习与创编

即兴舞蹈：指在音乐情绪和节奏等的激发下，即兴起舞，以表达内心情感的一种舞蹈创作方式。

音乐即兴

根据下面不同的音乐主题所表达的音乐情绪进行即兴舞蹈：

春的喜悦

音乐选自《森林狂想曲》片段

1=C $\frac{2}{4}$

欢快地

吴金黛 曲

6 1 3 5 3 3 2 | 3 3 2 3 6 7 | 1 3 2 1 6 5 | 3 - |

6 1 3 5 3 3 2 | 3 3 2 3 6 7 | 1 3 2 1 6 5 | 6 - |……

不朽的勇士

音乐选自《布兰诗歌》片段

1＝C $\frac{5}{4}$

[德]奥尔夫 曲

0 1̇ 1̇ 7 7 6 6 － | 0 1̇ 1̇ 7 7 6 6 － |
0 3 3 2 2 1̇ 1̇ － | 0 3 3 2 2 1̇ 1̇ － |……

思念

音乐选自《思乡曲》片段

1＝D $\frac{4}{4}$

马思聪 曲

中速稍慢 抒情地

2· 3 2 1 1 6· | 7 · 7 5 3 5 6 － |
6 2 2 1· 6 5 3· | 5 3 5 6 3· 2 1 6 1 2 |……

梦幻

音乐选自《神秘园》片段

1＝F $\frac{3}{4}$

[挪威]罗尔夫·勒夫兰
[爱尔兰]芙露娜·雪莉

中速 抒情地

3 5 | 6 － 6 7 | 3 － 3 5 | 6 － 6 7 |
5 3 3 5 | 3 1· 2 | 7 5· 3 | 6 － |……

向往

音乐选自《贝多芬第九交响曲》片段

1＝D $\frac{4}{4}$

[德]贝多芬 曲

快板 庄严地

3 3 4 5 | 5 4 3 2 | 1 1 2 3 | 3· 2 2 － |
3 3 4 5 | 5 4 3 2 | 1 1 2 3 | 2 1 1 － |
2 2 3 1 | 2 3 4 3 1 | 2 3 4 3 2 | 1 2 5 3 |
3 3 4 5 | 5 4 3 4 2 | 1 1 2 3 | 2· 1 1 － |……

收集与整理

收集即兴舞蹈的有关资料。

思考与探究

在舞蹈即兴中，音乐是如何激发你的创作灵感的？

我的风采

1. 根据本课的音乐和主题，任选一个进行即兴表演；
2. 分组进行单人、双人、三人、多人的造型即兴表演。

艺术文档

名书推荐：

《舞蹈创编法》（卡琳娜·伐纳著 郑慧慧译 上海音乐出版社 1998 年版）

学习体会与评价：

____

____

____

相关知识

舞蹈的审美类别大致分为四类：

优 美： 幽雅欢悦之美。表现为轻盈、妩媚、秀丽、娇巧、欢快、舒畅、红火、热烈。

壮 美： 雄壮之美和崇高之美，它是一种阳刚之美。表现为雄伟的气势、激越的情感、强烈的变化和高难的技巧。

悲剧美： 用正面人物不幸的结局为审美对象，所引起的特殊美感，是一种有震撼人心的效果美。

喜剧美： 喜剧的美是充满了笑，是美战胜丑，善战胜恶的体现。表现为冷嘲热讽、讽刺、诙谐、善意的戏弄和含蓄的逗乐。

第2节 创编实践

一方用自己想像的火焰燃烧另一方，造型和视觉的世界和声音形象的世界逐渐靠近，最后融为一体。

——[俄]福金

福金 Fokine Michel，（1880~1942），俄罗斯芭蕾编导，芭蕾革新家。

聆听与欣赏

同行

舞蹈《同行》表现了女战士在革命道路中的真挚友情。



1 = C $\frac{6}{4}$

中速　深情地

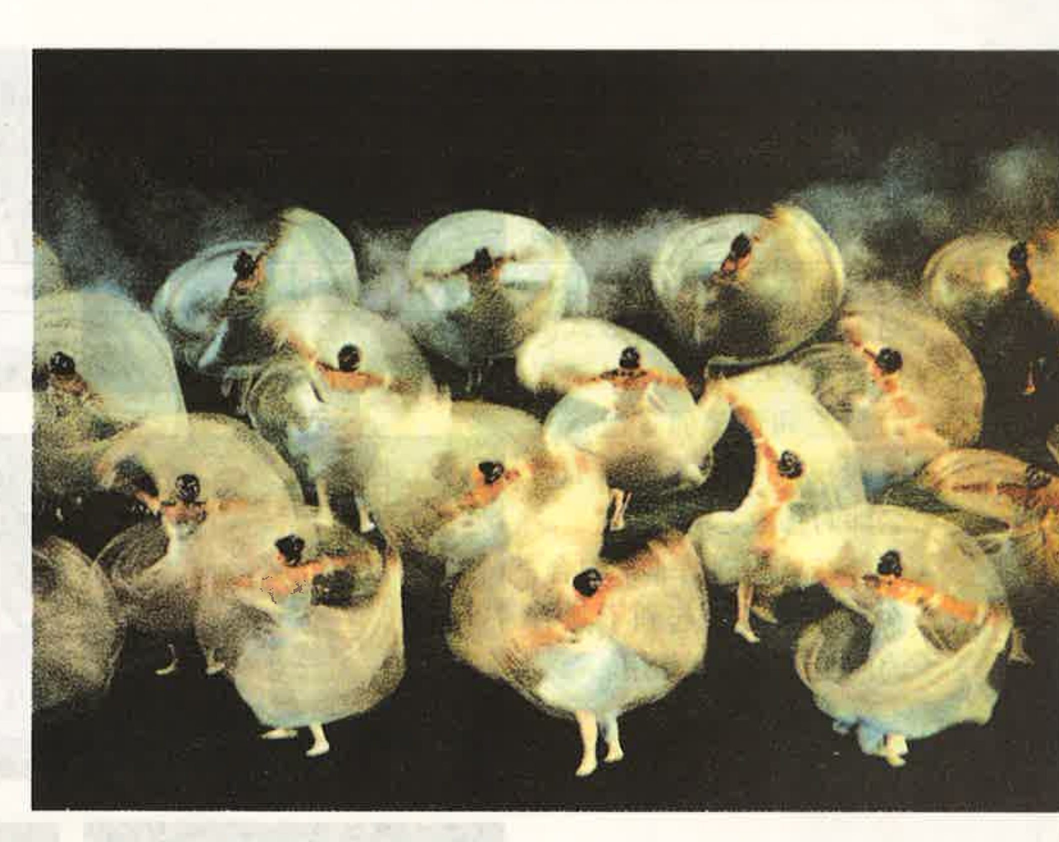
选自舞蹈《同行》音乐

1̇ - - - 7 1̇ | 3 - - - 3 - | 7 6 7 3 - - | 3̇ 2̇ 3̇ 2̇ 1̇ 7 |

4̇ 3̇ 2̇ 3̇ 2̇ 1̇ | 6 5 6 1 - - | 5 4 5 1 - - | ♭7 6 7 6 5 4 | 4 5 6 5 - - | ……

小溪·江河·大海

音乐与舞蹈的完美结合，形象生动地表现了滴滴泉水聚成潺潺小溪，潺潺小溪汇成涓涓江河，涓涓江河涌入滔滔大海的过程。引人入胜的动态形象展示了大自然的雄伟、壮丽和气势磅礴的景观，揭示着人类亘古不变的规律。



1 = ♭B $\frac{6}{4}$

焦 夹 曲

欢快地

6 6 6 6 - 32 | 3 - - - - - | 0 0 0 0 0 0 | 6 6 6 6 - - |

6 - - 6· 5 37 | 6 - - - - - | 6 6 6 6 - 61 |

2 - - - - - | 6 6 6 6· 5 31 | 2 - - - - - |

3 3 3 3· 3 5 | 6 - - - - - | 3 3 3 3 - 35 | 756 6 - 6 - - | ……



岁月如歌

该舞蹈选用富有京韵特色的音乐，配合女子合唱，通过不同表演形式的强烈反差、对比，以精湛的技艺和情感的宣泄，充分表现了一群莘莘学子对老师的感激之情。

音乐与剧情非常吻合，在整个作品中起到了强有力的渲染和烘托作用。

















1=D $\frac{2}{4}$

小行板　诉说地

选自舞蹈《岁月如歌》音乐

5 | 3 6 5 i | 3 2 1 21 | 6 5 5 | 3 6 5 i | 3 2 1 21 | 6· |……

女儿河

舞蹈创作来自于音乐形象的启示。潺潺的流水声给人清新之感。一群少女手执纱巾，时而一排跪坐，时而单跪双立，动作交替，在人们面前展示出一幅川流不息的“河流图”。音乐由慢至快，主题动机不断重复出现，曲折回旋。参差错落的造型对比，整齐划一的纱巾摆动，形象地表现了女儿们的纯洁、质朴和对美对爱的向往。

1 = ♭B $\frac{2}{4}$

选自舞蹈《女儿河》音乐

欢快地

6 6 | 6 3 3 2 | 2 2 1 | 2 1 2 3 | 6 6 | i 6 5 3 | 2 2 1 2 | 2 - |……



学习与掌握

舞蹈主题

舞蹈作品通过对现实生活的描绘和对艺术形象的塑造表现出的中心思想，又叫主题思想。

舞蹈题材

构成艺术作品的原始材料，是客观社会或历史生活事件以及生活现象或现代生活事件（现实题材、历史题材、神话传说、寓言题材、自然景物题材、文学、戏剧和诗歌作品的题材），是作者对生活素材经过选择、集中、提炼加工而成的。

舞蹈结构

将生活体验或观察感知进行筛选、提炼，通过认识、联想、想像、情感等活动的参与而转化为初步艺术形象的创作过程。

舞蹈创编的基本步骤

（以舞蹈《岁月如歌》为例）

1. 选择题材。

舞蹈《岁月如歌》是一个现实题材的作品。

2. 确定主题。

《岁月如歌》是一个反映校园生活主题的舞蹈。作品体现了时代的精神风貌。

3. 确定风格。

《岁月如歌》以中国古典舞的风格为基调，运用现代创作手法，表现了浓浓的师生情。

4. 写出舞蹈结构（文字脚本）。

引子：随着一声锣响，一束光照在一位年轻老师身上。

开端：一群豆蔻年华的女孩在老师的指导下，开始了一天的舞蹈训练。

发展：老师带领学生练习一个个高难度技巧动作，突出表现了一位女孩勤学苦练的精神和坚忍顽强的毅力，同时还体现了老师对学生的教育和同学之间的友爱之情。

高潮：毕业时的欣喜、离别的伤感、对老师的依恋、对学校的不舍，都在拍毕业照的一瞬间定格，灿烂的笑脸转为分手的哭泣，让每一个人都为之动容。

尾声：在一束光中，一位女孩用眷恋的目光望着前方……

5. 创作或选择音乐。

《岁月如歌》的音乐是作曲家根据舞蹈的结构，从京韵锣鼓开始，以女声合唱贯穿始终。并结合京剧中紧拉慢唱的形式创作而成。

6. 设计舞蹈动作。

如《岁月如歌》中单腿跪立控制翻滚的动作，表现了学生苦练舞蹈基本功的情景。

7. 进入排练。

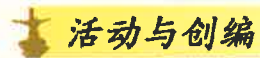
8. 舞美灯光、化妆、服装设计。

9. 走台，和音乐、舞美合成。

思考与探究

1. 尝试分析《同行》、《女儿河》、《小溪·江河·大海》的题材和主题。

2. 谈谈怎样将舞蹈的各种构图和队形运用到舞蹈创作中。



活动与创编

集体舞的队形组合练习

1. 林中的小鸟

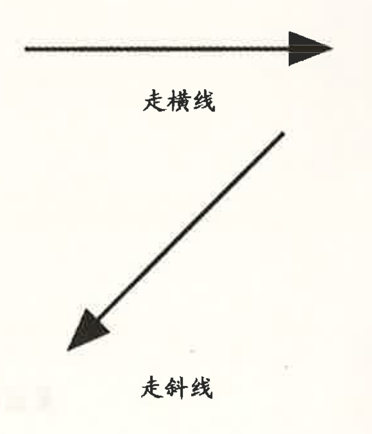
1 = C $\frac{2}{4}$

欢快地

吴金黛 曲

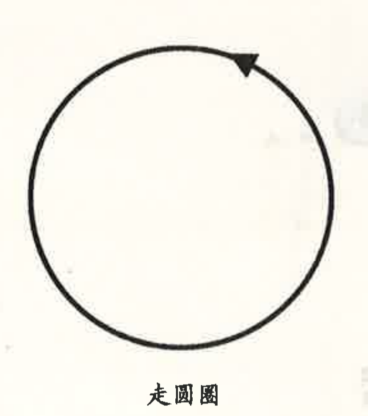
6 1 3 5 3 3 2 | 3 3 2 3 6 7 | 1 3 2 1 6 5 | 3 - |

6 1 3 5 3 3 2 | 3 3 2 3 6 7 | 1 3 2 1 6 5 | 6 - |……



走横线

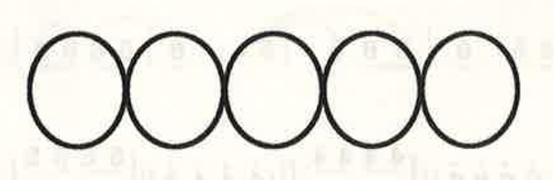
走斜线



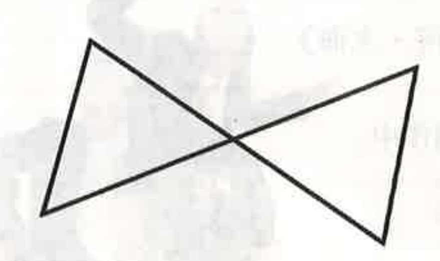
走圆圈

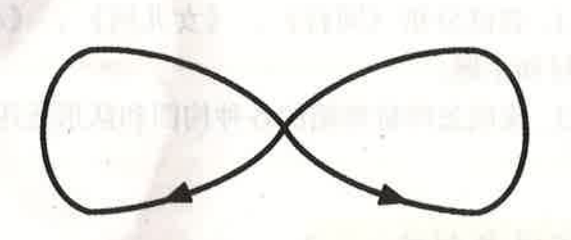


走方形

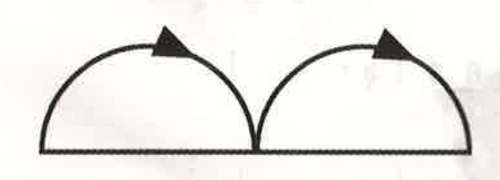


插花





绕八字





走半圆

2. 郊游

春雨蒙蒙地下

1 =♭E 2/4

吴大明 曲

小快板　欢快地

(0 3 5 3 ‖: 5 - | 5 6 5 | 3 5 3 | 1 1 2 3 | 4 5 6 7 | 1 1 5 1 | 1 1) 3 1 | 5· 1 |

3 5 6 | 5 6 5 | 5· 6 | 5 6 5 3 | 1· 2 | 3 5 3 | 4 2· | 2 - | {6 6 6 6 / 4 4 4 4} |

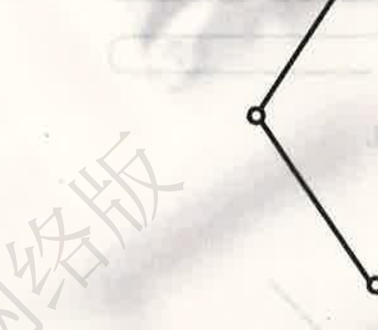
(6 6 6 6) | {4 4 4 4 / 2 2 2 2} | (4 4 4 4) | {5 5 5 5 / 3 3 3 3} | (5 5 5 5) | {5 4 5 2 / 2 2 2 7} | (5 4 5 2) | 6 5 6 | 6 4 1 |

4· 6 6 5 | 5 - | 3 5 3 | 3 1 5 | 3· 4 3 2 | 2 - | 2 3 5 | 5 6 3 | 1 - | ……

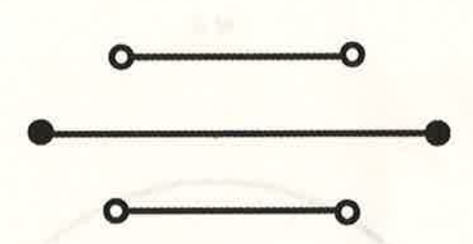
走双横线

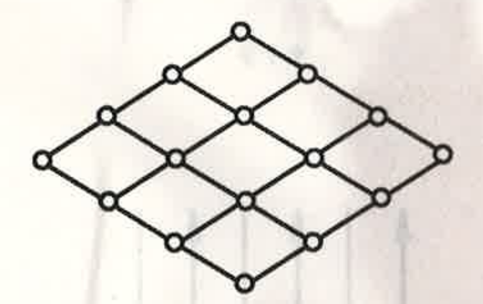
走单横线

正方形

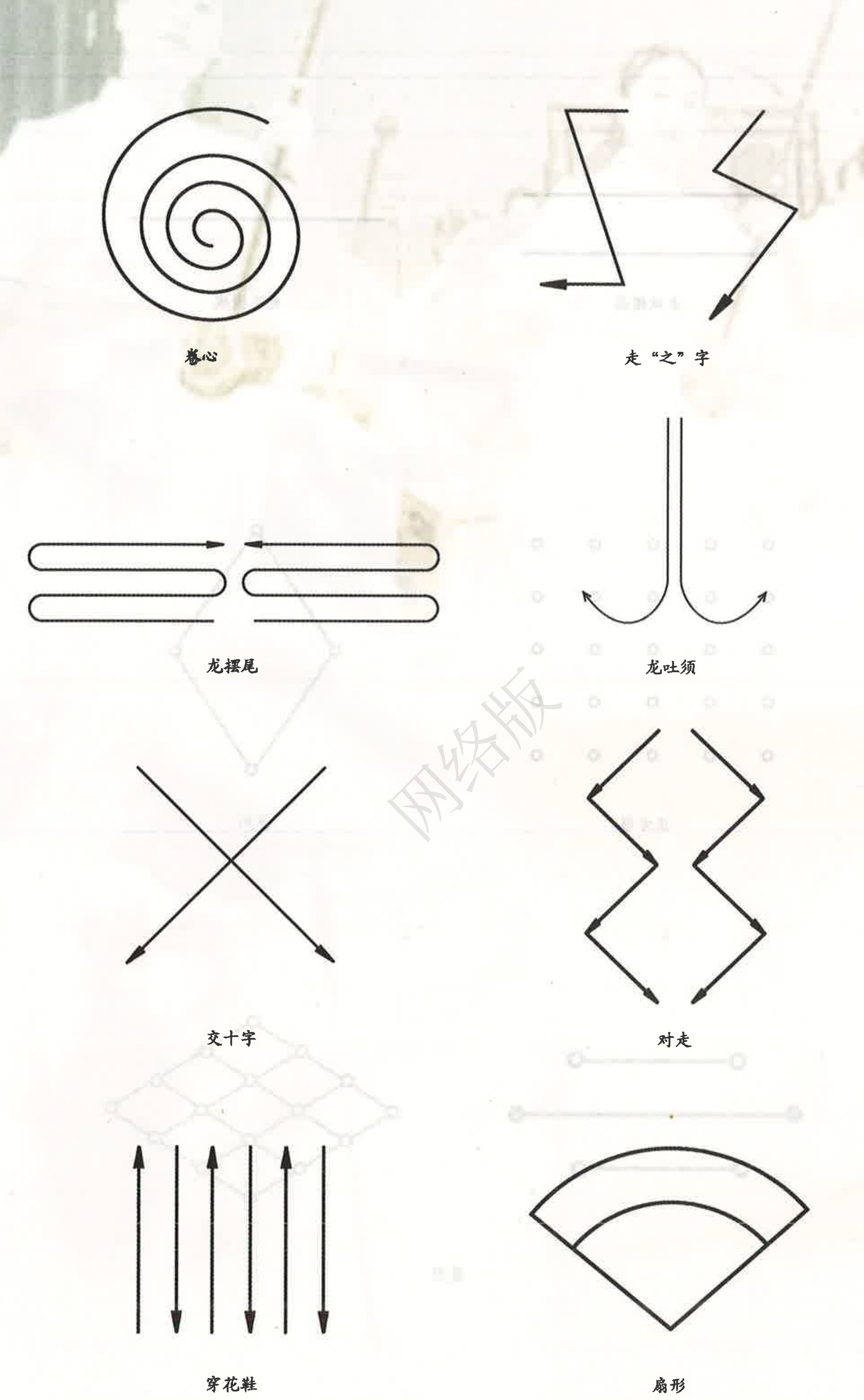


菱形





菱形



卷心

走“之”字

龙摆尾

龙吐须

交十字

对走

穿花鞋

扇形

3. 追求

红　旗　颂

1=C $\frac{4}{4}$

进行曲速度　热烈地

吕其明 曲

1̇ 2̇1̇7 2̇6 | 5· 6 1̇6 1̇3̇ | 5̇· 4̇3̇2̇ 3̇5̇ | 2̇ - - - | 2̇· 3̇5̇ 4̇ |

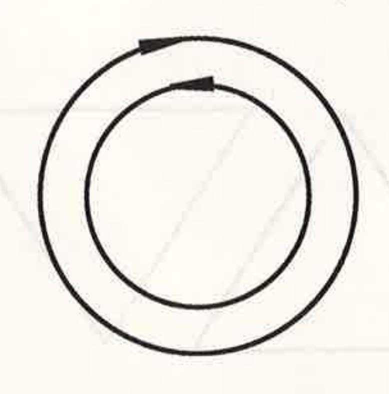
3̇2̇3̇5̇1̇ 76 | 5 3 56 72̇ | 6 - - - | 6. 676 5 | 1̇ - - 2̇ |

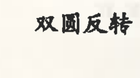
1̇ 765 5̇ | 3̇ - - 2̇3̇ | 6̇ - 5̇ - | 3̇2̇3̇5̇2̇ - | 5̇ 6̇5̇3̇4̇3̇2̇ |

1̇ - - 3̇5̇ | 2̇· 3̇2̇ 1̇ | 7 2̇ 6 1̇ | 5 - - - | 5 0 0 0 0 ‖



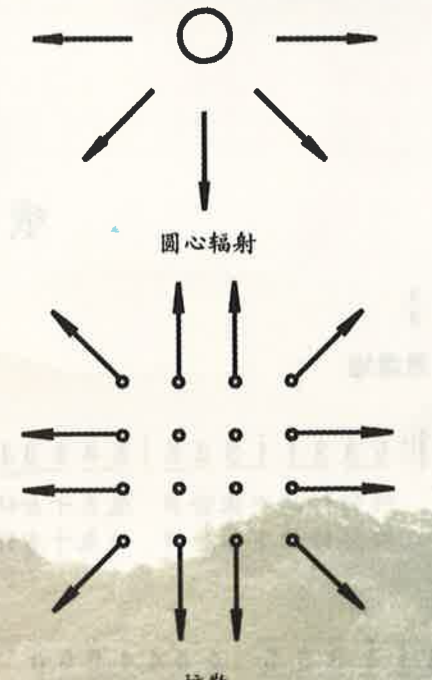
圆上斜穿



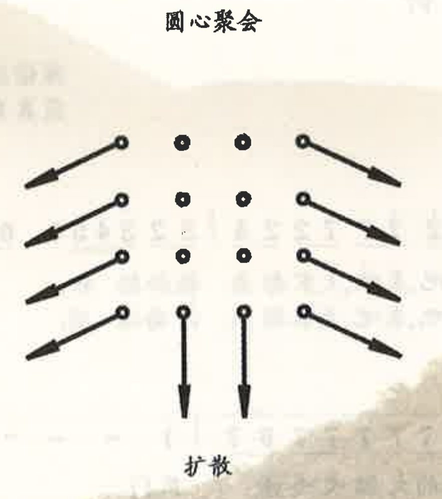


双圆反转

圆心聚会

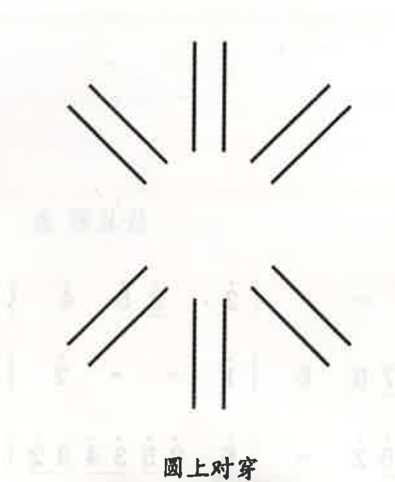


圆心辐射

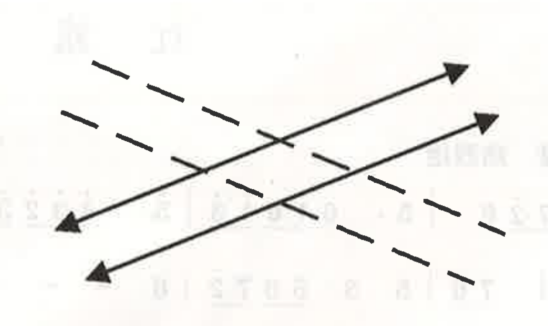


扩散

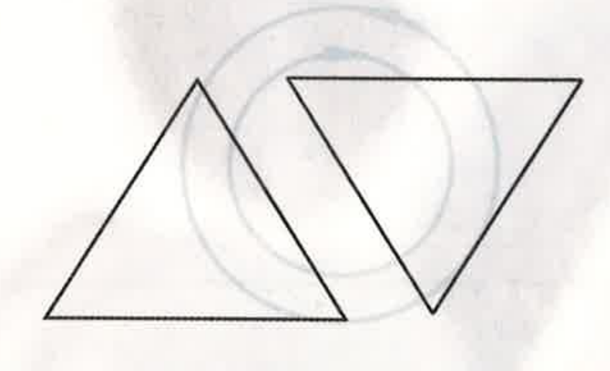
扩散



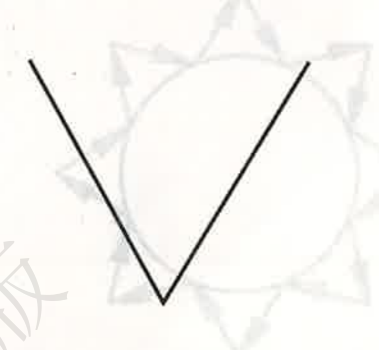
圆上对穿



相对交换



三角形



尖形

命题习作

哦，十分钟

1 = ♭B $\frac{4}{4}$

陈镒康 词

范真真 曲

轻快 活泼地

0 3 4 ‖: 5 3 3 1 1 3 3 5 | 5 4 4 3 4 0 0 2 3 | 4 2 2 7 7 2 2 4 | 3 2 3 4 5 0 0 3 4 |

1. 听那 叮铃铃的下课铃声 送来十分钟, 来吧，来吧，来吧，大家都来 轻松轻 松, 让

2.(听那) 叮铃铃的下课铃声 送来十分钟, 来吧，来吧，来吧，大家都来 活动活 动, 让

5 3 3 1 1 3 3 5 | 4 4 4 4 5 6 0 0 5 6 | 7 7 7 7 7 7 7 6 7 | 1 - - ……

我们那疲劳的眼睛 看一看蓝 天, 让 紧张的大脑吹进清 风!

我们那握笔的手指 摸一摸皮 球, 让 快活的叫喊冲出喉 咙!

同桌的你

1=D 6/8

中速　抒情地

高晓松 词曲

(5· 5· | 5· 345 | 7· 6· | 5· 523 | 4· 4· | 4· 4· |

1· 1· | 2· 2·) | 555534 | 5· 7· | 666646 | 5· 50 |

1.明天你是否会　想　起　昨天你写的日　记?

2.老师们都已想　不　起　猜不出问题的　你,

555576 | 4· 40 | 4444 3·2 | 1· 10 :‖ iiii56 | i· i3 |

明天你是否还　惦　记　曾经最爱哭 的　你?

我也是偶然翻　相　片　才想起同桌 的　你,

谁娶了多愁善　感　的你?

2222·i7 | 6· 6 0 | 77777i | 2· 5 0 | 77i2i7 | i· i 0 |……

谁看了你　的日　记?　谁把你的长发　盘　起?　谁给你做的嫁　衣?

绿叶对根的情意

1=E 4/4

中速　从容、真挚地

王　健 词

谷建芬 曲

iiii i 67 i· 67 | i ii 44 - | 77777 657· 67 |

1.2. 不要问我到 哪里去，　我的　心　依 着你；　不要问我到 哪里去，　我的

6 66 33 - | 32222 234 4· | 321 11123 3· |

情　牵 着你。

我是你的一　片　绿　叶，　我的根　在你的土　地，

无论　我停在哪片云　彩，　我的眼　总是投向　你，

#2 227 66 #5 - | 4444221 7· 6 | #567· 7 - :‖……

春　风中告 别了 你，　今天这方明天那　里。

如果我在风　中　歌唱，　那歌　声也是为着你。

雨打芭蕉

1=C $\frac{4}{4}$

稍快　优美地

何柳堂曲
方　汉改编

3· 2 | 1 25 3235 2 35 615 | 3 5 3532 1 3 2223 | 565 0 567· 2 1 76 |

5356 14 3432 135 | 61 3532 13 223 | 565 0 567· 2 1 76 | 5356 17 6765 43 | 5 ……

童年的回忆

1=G $\frac{6}{8}+\frac{4}{8}$、$\frac{9}{8}$

[法]塞内维·图森 曲

行板　轻快地

$\frac{6}{8}+\frac{4}{8}$ 531 531 5315 | 641 641 6416 | $\frac{9}{8}$ 531 531 531 | $\frac{6}{8}$ 252 572 |

$\frac{6}{8}+\frac{4}{8}$ 531 531 5315 | 641 641 6416 | $\frac{9}{8}$ 531 531 531 | $\frac{6}{8}$ 252 572 | ……

飞来的花瓣

1=$^{\flat}$E $\frac{4}{4}$

中速稍快　轻快地

望　安词
瞿希贤曲

0333 4· 33 | 236 772 2· 11 | 023 016 | 07 65 61 |

1. 飞来的信件，像那彩色的花瓣，一片一片，寄来赤诚的
2. 飞来的花瓣，织成缤纷的画卷，一张一张，展现祖国的

2· 123 3 - | 05 32· 326 | 73 - 201 | 1 - - - | ……

怀念，寄来赤诚的怀念。
春天，展现祖国的春天。

请选择其中一个主题，根据所学知识编创一个习作舞蹈。

我的风采

在舞蹈专场演出中，展示你或你和同学创作的舞蹈。

艺术文档

音像推荐：《校园实用成品舞》（VCD 中央音乐学院北京环球音像出版社）

写出你的舞蹈创作结构

题目： **形式：** **编号：** **时间：**

段	内容	舞蹈设想	长度	音乐设想	舞美设想	其他
1						
2						
3						

小词典

舞剧　舞剧音乐　舞剧语汇　舞蹈语言　舞蹈语句　舞蹈段落　舞蹈动作　舞蹈造型
舞蹈构图　动态　动速　动律　动力

附录：
小词典

第一单元

舞　　蹈： 以经过提炼、组织和艺术加工的人体动作作为主要表现手段，表现人的思想感情，反映社会现实的一种艺术形式。

古 典 舞： 具有古典风格的传统舞蹈，是在民间舞蹈的基础上，经过历代艺术家的提炼、加工和创造而逐渐形成的。

芭 蕾 舞： 法语(ballet)的音译。一般指一种舞台舞蹈形式，即欧洲古典舞蹈，通称芭蕾舞。

民 间 舞： 产生和流传于民间，风格鲜明，为广大群众喜闻乐见。

宫 廷 舞： 历代宫廷皇室用于祭祀、礼仪、歌功颂德和宴享娱乐等方面的舞蹈的统称。

现 代 舞： 20世纪初在西方兴起的一种与古典芭蕾相对立的舞蹈派别。

当 代 舞： 根据当代社会生活和时代发展的需要，借鉴和吸收各种舞蹈表现手段和方法而创作的，不同于已经形成舞蹈风格的、具有独特思想观念的舞蹈。

第二单元

舞蹈基训： 指对舞蹈演员的基本舞蹈能力的训练。

亮　　相： 剧中主要人物第一次上场(有时也用于下场)或一段舞蹈、武打、唱腔完毕之后，在一个短促的停顿中所做的姿态。



法国雕塑家卡蜜儿的雕塑《华尔兹》.

法　　儿：指舞蹈时是否得法，即动作是否符合规律，是否有韵味。

起 泛 儿：舞蹈俗语，也叫起势。指动作前的准备姿势，技巧前的准备动作。

习俗舞蹈：又可称为节庆、仪式舞蹈，是许多民族在婚配、丧葬、种植、收获及其他一些喜庆节日所举行的各种群众性的舞蹈活动。

宗教祭祀舞蹈：进行宗教和祭祀活动的舞蹈形式。

社交舞蹈：人们进行社会交往、增进友谊、联络感情的舞蹈活动。一般多指在舞会中跳的各种交际舞。

自娱舞蹈：以自娱自乐为惟一目的的舞蹈活动。

体育舞蹈：是体育和舞蹈相结合的具有锻炼、竞技和审美作用的一种新的舞蹈形式，也是一种体育性较强的舞蹈。

教育舞蹈：指学校为了对学生进行舞蹈的审美教育而开设的舞蹈课程。



法国印象派大师雷诺阿于1876年的作品《红磨坊的舞会》（局部）。

第三单元

秧　　歌：中国汉族民间舞蹈形式之一。流行于中国北方汉族地区，多在节日集会时表演。手执彩绸、手帕、扇子等道具而舞。形式欢快热烈，生活气息浓烈。有的地方将民间的高跷、旱船、花鼓等歌舞形式也统称“秧歌”。

腰 鼓 舞：中国汉族民间舞蹈形式之一。多在节日集会时表演。流行于中国陕北地区，以安塞等地腰鼓最为著名。舞者腰挂椭圆形小鼓，双手各持鼓槌边敲边舞。节奏强烈粗犷，动作奔放有力。后在许多地区流行。

花鼓灯： 中国汉族民间舞蹈形式之一。流行于安徽淮河两岸及淮北地区。男角称“鼓架子”，动作粗犷大方、幽默风趣，多筋斗技巧；女角称“兰花”。动作洒脱泼辣、俏丽多姿、欢快热烈。多在节日集会时表演。许多已加工成为专业艺术团体保留的表演性舞蹈。

狮子舞： 中国汉族民间舞蹈形式之一。流行于中国广大地区。其历史悠久，汉代已有记载。一般由两人合演一头大狮，一人扮武士持彩球逗引。表演上分“文狮”、“武狮”两种。多用打击乐伴奏。后经加工提高，采用许多高难度动作，成为舞蹈与杂技结合的艺术舞蹈形式。

龙　　舞： 又称“龙灯”。中国汉族民间舞蹈形式之一。流行于中国广大地区。历史悠久，汉代已有记载。“龙”的造型形状各异，但分节均为单数，由一人持彩球引龙作舞。形式热烈欢腾，一般以锣鼓伴奏，舞时多放鞭炮助兴。

花　　灯： 中国汉族民间舞蹈形式之一。流行于中国西南等地区，多为欢快的载歌载舞形式。各地跳法不一，如云南花灯就以身体的崴动变化，形成其特殊风格。

热　　巴： 藏族的一种以歌舞为主的综合性表演艺术形式。表演时男持铜铃，女持手鼓，边歌边舞，节奏强烈鲜明，动作粗犷热情，不时加入一些杂技技巧。有的把从事这一表演的艺人也称“热巴”。



法国雕塑大师罗丹，为被誉为俄国“最伟大的芭蕾男演员”瓦斯拉夫·尼仁斯基所作的雕像。

安代舞： 蒙古族民间歌舞形式之一。舞者双手各持一巾，边歌边舞。动作热烈奔放，节奏感强。常用于节日集会的表演。

赛乃姆： 原为维吾尔族古代舞曲名。维吾尔族民间歌舞形式之一。流行于新疆广大地区。形式自由，动作灵活。常在节日或劳动后即兴歌舞。

农 乐 舞：朝鲜族民间舞蹈形式之一。表演形式自由。有的男舞者常在头顶系一细长纸条用力甩动，使纸条绕身体旋转，气氛热烈。

孔 雀 舞：傣族民间舞蹈形式之一。流行于云南傣族聚居地区。孔雀为傣族人民吉祥的象征，舞姿多模仿孔雀形象，动作优美。有的经过加工成为专业演员的表演舞蹈。

芦 笙 舞：苗族民间舞蹈形式之一。流行于西南、中南苗族居住地区。以边吹芦笙边舞蹈为特点。常带有表演性和竞赛性。

阿细跳月：彝族民间舞蹈形式之一。多在自称“阿细”和“撒尼”人的云南彝族聚居地区流行。为青年男女的一种社交舞蹈。男舞者一般弹大三弦或吹笛子与女舞者对舞。节奏欢快。节日时常在月光下或围着火把跳至深夜，故得名。

第四单元

舞　　剧：以舞蹈为主要表演手段，综合音乐、美术、文学等艺术形式来表现思想内容和戏剧情节，塑造人物性格和人物形象的一种表演艺术。

舞剧音乐：作曲家为各种类型的舞剧所写的音乐。它把舞剧的戏剧构思体现为鲜明的音乐形象，并为舞蹈提供内在感情形象和动态性节奏，塑造个性化的人物形象。

舞蹈语汇：指把若干不同的舞蹈动作汇集起来，为表达舞蹈作品的主题内容服务，是一切舞蹈语言的总称。

舞蹈语言：一种确定的、规范化的“有形可见的动作流”。包括动作、舞句、舞段三个层级。

舞蹈语句： 根据一定的创作意图、一定的情感倾向，按照一定的形式逻辑把单一的动作进行编织的有意创造，具有相对独立的内涵与形式条件。

舞蹈段落： 也称舞段，是舞蹈作品的基本单元，由舞蹈动作、舞蹈语句等基本要素构成。

舞蹈动作： 在舞蹈语言中属于基础级，它是构成舞蹈语言的基础材料。

舞蹈造型： 有人称之为“流动的绘画”和“活动的雕塑”，是在连续舞蹈动作运动中瞬间的动作造型，但它仍然保持着运动的趋势与感觉。

舞蹈构图： 由点、线、面三个要素组成。一般分为两大类：一是舞台空间的队形变化，由队形流动的点和线组成；二是画面造型，由静止造型的点和线组成。

动　　态： 动作的姿态。它包括静止的姿态、流动的姿态、舞步等。

动　　速： 动作的节奏与速度。

动　　律： 动作的空间走向，流动疾缓的内在规范。

动　　力： 动作的力度。它有两层含义，一是指动作力度与情感强度的统一，形成一个情感倾向；另指动作在运动中的“力效”——如力点的爆发、力点的转移、力点的延伸等。

